William Walker Atkinson

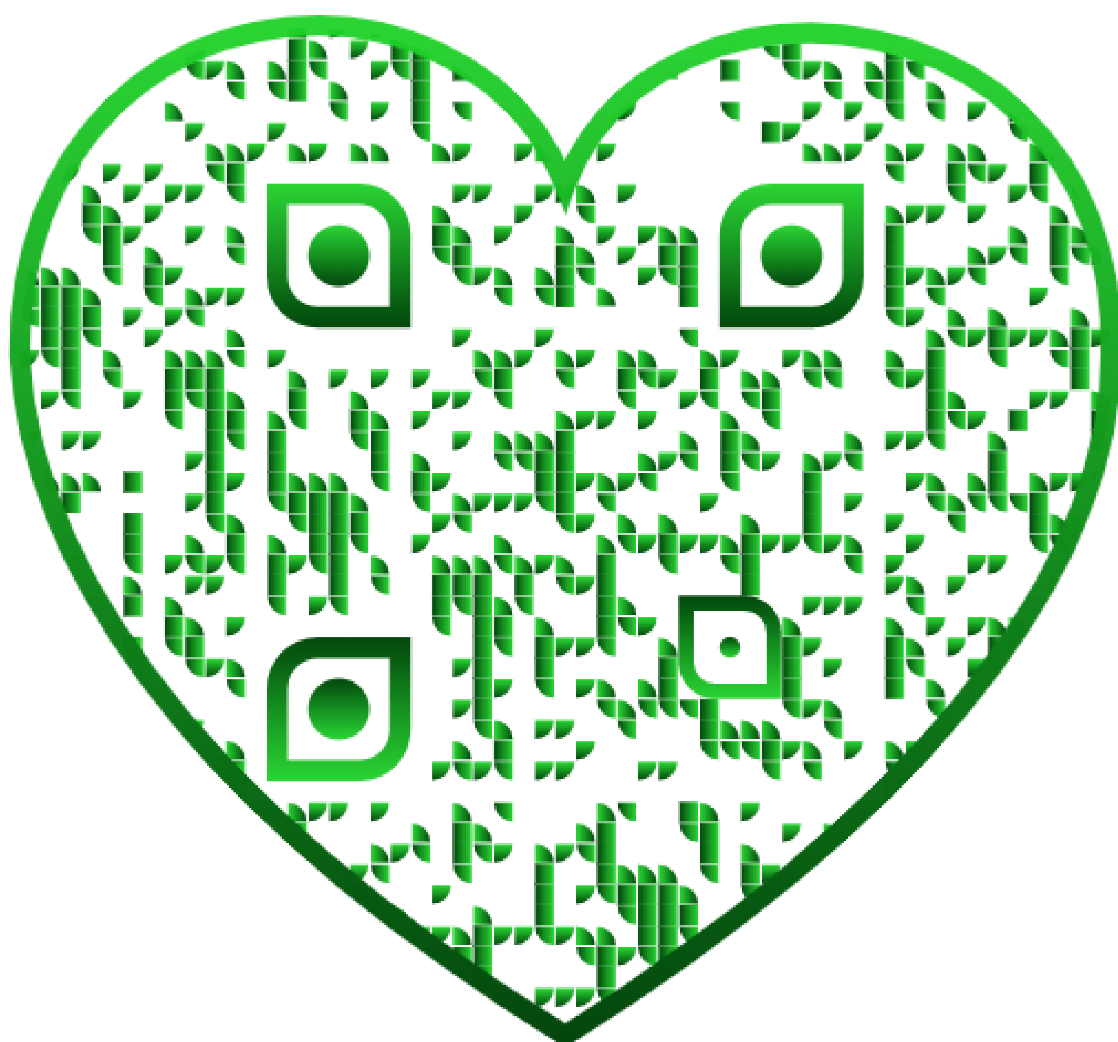
A LEI DA ATRAÇÃO

E O PODER DO PENSAMENTO

2ª edição

Conquiste o segredo das pessoas de SUCESSO

UNIVERSO DOS LIVROS



© 2011 by Universo dos Livros
Todos os direitos reservados e protegidos pela Lei 9.610 de 19/02/1998.
Nenhuma parte deste livro, sem autorização prévia por escrito da editora, poderá ser reproduzida ou transmitida sejam quais forem os meios empregados: eletrônicos, mecânicos, fotográficos, gravação ou quaisquer outros.

Diretor-Editorial: Luis Matos
Assistente-Editorial: Noele Rossi e Talita Gnidarchichi
Tradução: Ana Paula Corradini
Preparação: Cárita Ferrari Negromonte
Revisão: Fabiana Chiotolli e Guilherme Laurito Summa
Arte: Camila Kodaira e Stephanie Lin
Capa: Zuleika Iamashita

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

A878l Atkinson, William Walker.

A Lei da Atração e o Poder do Pensamento – 2ª Edição /
William Walker Atkinson. – São Paulo: Universo dos Livros, 2011.
112 p.

ISBN 978-85-7973-263-3

1. Técnicas de auto-ajuda. I. Título.

CDD 158.1

Universo dos Livros Editora Ltda.
Rua do Bosque, 1589 - Bloco 2 - Conj. 603/605
Barra Funda - Cep: 01136-001 - São Paulo/SP
www.universodoslivros.com.br
e-mail: editor@universodoslivros.com.br

Siga-nos no Twitter: @univdoslivros

Capítulo 1

A lei da atração no mundo do pensamento

O Universo é governado pela Lei – uma grande Lei. Suas manifestações são multiformes, mas vistas do ponto de vista do Universo, existe apenas uma Lei. Conhecemos algumas dessas manifestações, mas somos totalmente ignorantes em relação a outras. No entanto, ainda aprendemos mais um pouco todos os dias – o véu está sendo removido gradualmente.

Falamos com propriedade sobre a Lei da Gravidade, mas ignoramos uma manifestação igualmente maravilhosa, a Lei da Atração no mundo do pensamento. Somos familiarizados com aquela manifestação esplêndida da Lei que aproxima e mantém juntos os átomos que compõem a matéria – reconhecemos o poder da Lei que atrai os corpos para a Terra, que mantém os mundos e ciclos em seus devidos lugares, mas fechamos os olhos para *a Lei poderosa que nos leva às coisas que desejamos ou tememos, que salvam ou arruínam nossas vidas*.

Quando percebemos que o Pensamento é a uma força – uma manifestação de energia –, e que tem um poder de atração como aquele de um ímã, começaremos a entender os porquês de muitas coisas que antes nos pareciam indecifráveis. Não há estudo que compensará o aluno por todo o tempo gasto e pelos problemas que teve como o estudo do funcionamento da poderosa lei do mundo do Pensamento – a Lei da Atração.

Quando pensamos, emitimos vibrações de uma substância fina e etérea, reais como as vibrações que manifestam luz, calor, eletricidade, magnetismo. O fato de elas não serem evidentes a nossos cinco sentidos não é prova nenhuma de que não existem. Um ímã poderoso emite vibrações e exerce força suficiente para atrair um pedaço de aço de 45 quilos, mas não podemos ver, provar, cheirar, ouvir nem sentir essa força poderosa. Do mesmo modo, essas vibrações do pensamento não podem ser vistas, saboreadas, cheiradas, ouvidas ou sentidas à maneira comum, apesar de haver registros de pessoas peculiarmente sensíveis a impressões psíquicas, que percebem o poder das ondas de pensamento, e que muitos de nós afirmam que podem sentir claramente as vibrações de pensamento dos outros, tanto na presença da outra pessoa ou à distância. A telepatia e fenômenos similares não são sonhos inúteis.

A luz e o calor são manifestados por vibrações de uma intensidade muito mais baixa que aquelas do pensamento, mas a diferença está somente na proporção da vibração. Os anais da ciência iluminam de forma interessante essa questão. O Professor Elisha Gray, um cientista eminente, afirma em seu pequeno livro *The miracles of nature* (Os milagres da natureza):

“Há muita especulação sobre o pensamento de que existem ondas de som que nenhum humano é capaz de ouvir, e ondas coloridas de luz que ninguém consegue enxergar. O intervalo longo, escuro e sem som entre 40 mil e 400 trilhões de vibrações por segundo, e a infinidade da faixa de 700 trilhões de vibrações por segundo, onde a luz acaba, no universo do movimento, torna possível tolerar essas especulações.”

M. M. Williams, em seu trabalho intitulado *Short chapters in science* (Capítulos curtos sobre ciência), diz:

"Não há nenhuma gradação entre as ondulações ou vibrações mais rápidas que produzem nossa sensação de som, e as mais lentas daquelas que nos trazem a sensação do calor mais delicado. Há um intervalo enorme entre elas, amplo o bastante para incluir outro mundo de movimento, e que fica entre nosso mundo do som e nosso mundo de calor e luz; e não há um motivo bom o bastante para supor que a matéria seja incapaz de ter uma atividade intermediária como essa, ou que essa atividade não possa levar a sensações imediatas, já que existem órgãos responsáveis por seus movimentos e conferindo sentidos a eles."

Cito essas autoridades meramente para fazê-lo pensar, e não numa tentativa de demonstrar que as vibrações de pensamento existem. Esse fato tem sido completamente demonstrado, para a satisfação de vários pesquisadores do assunto, e um pouco de reflexão mostrará a você que ele coincide com nossas próprias experiências.

Muitas vezes ouvimos a conhecida e já repetida declaração da Ciência Mental: "Os pensamentos são coisas", e dizemos essas palavras sem perceber conscientemente seu significado. Se compreendermos totalmente a verdade dessa afirmação e as consequências naturais da verdade por trás dela, poderemos entender muitas coisas que nos parecem indecifráveis, e seremos capazes de usar um poder maravilhoso, a Força do Pensamento, assim como usamos qualquer outra manifestação de Energia.

Como já disse, ao pensarmos, emitimos vibrações de movimento de um grau muito alto, e tão reais como as vibrações da luz, calor, som e eletricidade. E, quando compreendermos as leis que governam a produção e a transmissão dessas vibrações, poderemos usá-las no dia a dia, assim como fazemos com as outras formas mais conhecidas de energia. O fato de não podermos ver, ouvir, pesar ou medir essas vibrações não quer dizer que não existam. Há ondas de som que o ouvido humano não consegue ouvir, apesar de algumas delas serem registradas sem dúvida nenhuma por alguns insetos, e outras captadas por instrumentos científicos delicados inventados pelo homem; no entanto, há uma distância enorme entre os sons registrados pelo instrumento mais delicado e o limite que a mente do homem, raciocinando por analogia, reconhece como o existente entre as ondas de som e outras formas de vibração. E há ondas de luz que o olho humano não pode registrar, algumas das quais são detectadas por instrumentos ainda mais sofisticados, e muitas outras tão finas que o equipamento para registrá-las ainda não foi inventado, apesar dos progressos feitos a cada ano e de o campo inexplorado se tornar cada vez menor.

À medida que os novos instrumentos são inventados, novas vibrações são registradas por eles – e mesmo assim as vibrações eram tão reais antes quanto depois da invenção do equipamento. Supondo-se que não existam instrumentos para registrar o magnetismo, alguém poderia negar a existência dessa força poderosa, já que não pode ser saboreada, sentida, cheirada, ouvida, vista, pesada ou medida. E mesmo assim o imã poderoso ainda emitiria ondas de força suficientes para atrair pedaços de aço de centenas de quilos.

Cada forma de vibração requer seu próprio tipo de instrumento de registro. Hoje, o cérebro humano parece ser o único instrumento capaz de registrar ondas de pensamento, apesar de os ocultistas dizerem que, neste século, os cientistas inventarão equipamentos delicados o bastante para captar e registrar essas manifestações. E, se levarmos em conta as indicações do presente, parece que a invenção pode aparecer a qualquer momento. A demanda existe e sem dúvida será suprida logo, logo. Mas para aqueles que já tiveram experiências relacionadas à telepatia prática, não são necessárias outras provas além de seus próprios experimentos.

Emitimos pensamentos de maior ou menor intensidade o tempo todo, e colhemos seus resultados. Nossas ondas de pensamento não apenas influenciam nós mesmos e os outros, como também têm um

poder de atração – elas atraem pensamentos alheios, coisas, circunstâncias, pessoas e “sorte”, de acordo com o tipo de pensamento predominante em nossas mentes. Pensamentos de amor atrairão para nós o amor dos outros, circunstâncias e ambientes de acordo com o pensamento, pessoas de pensamento semelhante. Pensamentos de raiva, ódio, inveja, maldade e ciúme atrairão toda uma linhagem imunda de pensamentos semelhantes das mentes dos outros, circunstâncias em que seremos chamados a manifestar esses pensamentos vis e também recebê-los das outras pessoas, pessoas que manifestam a desarmonia, e assim por diante. Um pensamento forte ou de longa duração nos tornará o centro da atração de correntes de pensamento correspondentes de outras pessoas. Os iguais se atraem no Mundo do Pensamento – e colhemos aquilo que plantamos. Os semelhantes se unem no Mundo do Pensamento – e as maldições vêm para ficar, e trazem seus amigos com elas.

O homem – ou a mulher – cheio de amor vê o amor por toda a parte e atrai o amor dos outros. O homem com ódio em seu coração ganha todo o ódio que pode aguentar. O homem que pensa em brigar geralmente encontra a briga que quer antes de chegar a seu destino. E assim por diante: cada um ganha o que pede pela telegrafia sem fios da Mente. O homem que se levanta “rabugento” consegue que a família inteira fique com o mesmo humor antes do final do café da manhã. A mulher “resmungona” geralmente encontra razões para satisfazer sua propensão para reclamar durante o dia.

A questão da Atração de Pensamento é grave. Ao parar para pensar nela, você verá que um homem realmente é responsável pelo ambiente que o cerca, apesar de culpar os outros por ele. Já conheci pessoas que entendiam a Lei e mantinham o pensamento calmo e positivo, e não eram nem um pouco afetadas pelo ambiente desarmônico que as rodeava. Elas eram como o navio forte em águas turbulentas – ficavam calmas e seguras enquanto uma tempestade se enfurecia em seu redor. Quem aprende o funcionamento da Lei não precisa mais ficar à mercê das tempestades vacilantes do Pensamento.

Passamos da era da força física para a da supremacia intelectual, e agora estamos entrando em um território novo e quase desconhecido, o do poder psíquico. Esse campo de energia possui suas próprias leis, assim como os outros, e devemos conhecê-las ou ficaremos pressionados contra a parede como os ignorantes que ficam pelo caminho. Vou me esforçar para simplificar os grandes princípios subjacentes desse novo campo de energia que se abre diante de nós, para que você possa usar seu grande poder e aplicá-lo em propostas legítimas e dignas, assim como o homem usa o vapor, a eletricidade e outras formas de energia atualmente.

Capítulo 2

As ondas de pensamento e seu processo de reprodução

Como uma pedra jogada na água, um pensamento produz agitação e ondas que se espalham pelo grande oceano do pensamento. No entanto, há uma diferença: as ondas da água se movem apenas na superfície em todas as direções, enquanto que as ondas de pensamento se movem em todas as direções a partir de um único centro, assim como os raios do sol.

Assim como estamos rodeados por um grande mar de ar na Terra, também estamos cercados pelo grande mar da Mente. Nossas ondas de pensamentos se movem através desse vasto éter mental e, no entanto, se estendem em todas as direções – como já expliquei – e sua intensidade fica cada vez menor de acordo com a distância percorrida, em virtude da fricção provocada pelo contato das ondas com o grande corpo da Mente, nos rodeando por todos os lados.

Essas ondas de pensamento possuem outras qualidades que as diferem das ondas na água. Elas têm a propriedade de se reproduzirem, e assim se parecem mais com ondas sonoras que aquelas provocadas na água. Do mesmo modo em que uma nota de violino pode fazer que um vidro fino vibre e “cante”, um pensamento forte também pode despertar vibrações similares nas mentes afinadas para recebê-lo. Muitos dos pensamentos “errantes” que chegam até nós não são mais que reflexões ou vibrações em resposta a algum pensamento forte emitido por outra pessoa. Mas, a não ser que nossas mentes estejam “afinadas” para recebê-lo, é provável que o pensamento não nos afete. Se emitimos grandes pensamentos, nossas mentes adquirem certo “tom” correspondente ao caráter do pensamento que temos produzido. E, uma vez que esse tom é estabelecido, estamos aptos a captar as vibrações de outras mentes afinadas com o mesmo tom de pensamento. Por outro lado, se produzimos pensamentos de um caráter oposto, logo estaremos ecoando uma ordem menor de pensamentos emanados pelas mentes de milhares que pensam da mesma forma.

Somos em grande parte aquilo que pensamos ser, o equilíbrio sendo representado pelo caráter das sugestões e pensamentos de outros, que chegam até nós diretamente por sugestões verbais ou telepaticamente por meio dessas ondas de pensamento. Nossa atitude mental geral, no entanto, determina o caráter das ondas de pensamento recebidas dos outros, assim como os pensamentos que emanam de nós mesmos. Só recebemos esses pensamentos se eles estiverem em harmonia com nossa própria atitude mental geral; os pensamentos que não estão em harmonia nos afetam muito pouco, já que não provocam nenhuma reação.

É muito provável que o homem que acredita piamente em si mesmo e mantém uma atitude mental forte de confiança e determinação não seja afetado por pensamentos adversos e negativos de desânimo e fracasso que emanam das mentes de outras pessoas nas quais essas qualidades predominam. Ao mesmo tempo, esses pensamentos negativos, ao alcançarem alguém cuja atitude

mental está num tom mais baixo, só aprofundam seu estado negativo e colocam mais lenha na fogueira que consome sua força – ou, se você preferir essa imagem, servem para abafar o fogo de sua energia e atividade.

Nós atraímos os pensamentos de outras pessoas na mesma ordem de pensamento. O homem que pensa em sucesso será apto a se sintonizar com as mentes de pessoas que pensam da mesma forma, e que o ajudarão, assim como ele as ajudará. O homem que permite que sua mente abrigue constantemente pensamentos de fracasso se aproxima das mentes de outras pessoas "fracassadas", e cada um tenta puxar o outro ainda mais para baixo. O homem que pensa que o mal está em tudo, está apto a ver o mal mais ainda, e entrará em contato com outras pessoas que parecem provar sua teoria. E o homem que vê e procura o bem em tudo e em todos provavelmente atrairá coisas e pessoas correspondentes a seu pensamento. Geralmente, vemos aquilo que procuramos.

Você poderá compreender essa ideia mais claramente se pensar nos instrumentos sem fio de Marconi, que recebem as vibrações apenas de um equipamento que as envia e que foi afinado no mesmo tom, enquanto que os telegramas passam pelo ar, pela vizinhança, sem afetá-lo. A mesma lei se aplica às operações do pensamento. Nós recebemos apenas aquilo que corresponde à nossa afinação mental. Se estamos desanimados, com certeza caímos para um tom mais baixo, e somos afetados não apenas por nossos próprios pensamentos, mas também pelos pensamentos depressivos adicionais de caráter similar que estão sendo emitidos constantemente pelas mentes de outros infelizes que ainda não aprenderam a Lei da Atração no mundo do Pensamento. E se às vezes atingimos as alturas do entusiasmo e da energia, sentimos rapidamente o influxo de pensamentos corajosos, ousados, energéticos e positivos sendo emitidos por homens e mulheres no mundo. Reconhecemos esse fato sem problemas ao entrarmos em contato pessoal com as pessoas e sentirmos suas vibrações, sejam elas depressivas ou revigorantes, dependendo do caso. Mas a mesma lei funciona quando não estamos em sua presença, apesar de uma maneira mais fraca.

A mente possui muitos graus de tons, indo do mais alto e positivo ao mais baixo e negativo, com muitas notas entre eles, variando de acordo com sua respectiva distância do extremo positivo ao extremo negativo.

Quando sua mente opera de uma maneira positiva, você se sente forte, esperançoso, brilhante, animado, feliz, confiante e corajoso, e se permite trabalhar bem, cumprir seus objetivos e progredir em sua estrada para o sucesso. Você emana pensamentos positivos, que afetam outras pessoas fazendo com que elas cooperem com você ou sigam sua liderança, de acordo com seus próprios tons mentais.

Ao tocar no extremo negativo de seu "teclado mental", você se sente deprimido, fraco, passivo, inerte, medroso, covarde. E se vê incapaz de fazer algum progresso ou obter sucesso. Seu efeito sobre os outros é praticamente zero. Você é liderado, em vez de liderar, e usado como um capacho humano ou uma bola de futebol por pessoas mais positivas.

Em algumas pessoas, o elemento positivo parece predominar, e em outras a qualidade negativa parece estar em maior evidência. É claro que existem vários degraus de positividade e negatividade, e B pode ser negativo para A e ao mesmo tempo positivo para C. Quando duas pessoas se encontram pela primeira vez, geralmente há um conflito mental silencioso no qual suas respectivas mentes testam a qualidade de sua positividade e estabelecem sua posição em relação ao outro. Esse processo pode ser inconsciente em muitos casos, mas ocorre mesmo assim. O ajuste muitas vezes é automático, mas ocasionalmente o esforço é tão grande – e os oponentes são tão bem combinados – que a questão se força na consciência das duas pessoas. Às vezes, ambas as partes são tão parecidas em seus graus de positividade que falham ao entrar em um acordo, mentalmente; eles nunca são realmente capazes de se dar bem, ou são mutuamente repelidos e se separam ou ainda ficam juntos entre brigas e disputas constantes.

Somos positivos ou negativos com todas as pessoas com quem temos algum tipo de relação.

Podemos ser positivos com nossos filhos, empregados e dependentes, mas ao mesmo tempo negativos com aqueles para os quais ocupamos posições inferiores, ou com quem permitimos que se imponham sobre nós.

É claro que algo pode acontecer e de repente nos tornamos mais positivos que o homem ou mulher com quem éramos negativos até então. Casos como esses são frequentes. E à medida que o conhecimento dessas leis mentais se torna mais geral, vemos mais exemplos de pessoas que se impõem e utilizam esse poder recém-descoberto.

Mas lembre-se de que você possui o poder de aumentar o tom de sua mente para uma nota mais positiva com a força de vontade. E, é claro, é verdade também que você pode se permitir ir para um tom mais baixo e negativo por negligência ou falta de força de vontade.

Há mais pessoas no plano negativo do pensamento que no positivo e, consequentemente, há mais vibrações negativas de pensamento em operação em nossa atmosfera mental. Mas, felizmente, isso é contrabalanceado pelo fato de um pensamento positivo ser infinitamente mais poderoso que um negativo; e se pela força ou pela vontade alcançamos um tom mental mais alto, podemos excluir os pensamentos depressivos e receber as vibrações correspondentes à nossa atitude mental já modificada. Esse é um dos segredos das afirmações e autossugestões utilizadas por várias escolas de Ciência Mental e outros rituais do Novo Pensamento. Não há um mérito em particular nas próprias afirmações, mas elas servem a uma proposta dupla:

- elas tendem a estabelecer novas atitudes mentais em nós e agem maravilhosamente no sentido da construção do caráter – a ciência de nos transformar;
- elas tendem a aumentar o tom mental para obter o benefício de ondas de pensamento positivo no mesmo plano de pensamento.

Acreditando nelas ou não, estamos constantemente fazendo afirmações. Um homem que declara que pode e vai fazer algo – e o afirma sinceramente – desenvolve em si as qualidades que o levam a fazer o que deseja, e ao mesmo tempo os locais em sua mente que estão no tom correto recebem ondas de pensamento que podem ajudá-lo a cumprir seu objetivo. Se, por outro lado, alguém diz e sente que vai fracassar, sufocar e apagar os pensamentos vindos de sua própria mentalidade subconsciente que deveriam ajudá-lo, ao mesmo tempo vai se sintonizar com o pensamento do fracasso do mundo – e há bastante desse tipo de pensamento por aí, isso eu posso afirmar.

Não se permita ser afetado pelos pensamentos adversos e negativos daqueles que o cercam. Alcance os andares superiores de sua morada mental, e se afine em um tom mais alto, muito além das vibrações dos planos mais baixos do pensamento. Então, você não estará apenas imune às vibrações negativas, mas em contato com uma grande quantidade de pensamentos positivos e fortes vindos das pessoas em seu próprio plano de desenvolvimento. Meu objetivo será dirigi-lo e treiná-lo para usar corretamente o pensamento e a vontade, para que você os tenha nas mãos e seja capaz de atingir o tom mais alto a qualquer momento que achar necessário. Não é preciso atingir o tom mais extremo em todas as ocasiões. O melhor plano é se manter em um tom confortável, sem muito esforço, e ter os meios sob controle para alcançar o tom de uma vez só quando a situação pedir. Com esse conhecimento, você não estará à mercê da velha ação automática da mente, mas poderá mantê-la sob controle.

O desenvolvimento da vontade é muito parecido com o de um músculo – uma questão de prática e melhoria gradual. No começo, pode ser cansativo, mas a cada tentativa ficamos mais fortes, até a nova força se tornar real e permanente. Muitos de nós nos tornamos positivos sob situações de emergência. Temos o hábito de “fazer das tripas coração” quando a situação pede. Mas com a prática inteligente você ficará tão fortalecido que seu estado habitual será igual a seu estágio atual de “fazer das tripas coração”, e quando se tornar necessário colocar essa força em prática, você será capaz de

atingir um estágio com o qual nunca sequer sonhou.

Não pense que estou defendendo uma alta tensão contínua. Isso não é desejável de maneira alguma, não apenas porque pode exigir esforço demais, mas também porque você vai descobrir que é melhor aliviar a tensão às vezes e se tornar receptivo para absorver outras impressões. É bom ser capaz de relaxar e assumir certo grau de receptividade, sabendo que você pode sempre voltar a um estado mais positivo quando quiser. Geralmente, um homem fortemente positivo perde muito do divertimento e da recreação. Quando for positivo, distribua suas expressões; quando for receptivo, absorva impressões. Positivo, você é um professor; receptivo, um aluno. É ótimo ser um bom professor, mas às vezes também é muito importante saber ouvir.

Capítulo 3

Uma conversa sobre a mente

O homem possui uma única mente, mas tem várias faculdades mentais, cada uma capaz de funcionar de acordo com duas linhas diferentes de esforço mental. Não há linhas divisórias distintas separando as duas e as várias funções de uma faculdade, mas elas sombreiam umas às outras, assim como as cores do espectro.

Um esforço ativo de qualquer faculdade mental é o resultado de um impulso direto enviado no momento do esforço. Um esforço passivo de qualquer faculdade da mente é o resultado de um esforço ativo precedente da mesma mente ou de um esforço ativo que segue uma sugestão, vibrações de pensamento da mente de outras pessoas, ou impulsos de pensamento de um ancestral, transmitidos pelas leis da hereditariedade (incluindo os impulsos passados de uma geração para a outra a partir do momento do impulso vibratório original, concedido pela Causa Primordial – que impulsiona um desdobrar gradual, quando o estado correto de desenvolvimento evolucionário é alcançado).

O esforço ativo é recém-nascido, novo, enquanto que o esforço passivo é uma criação menos recente e, na verdade, é muitas vezes o resultado de impulsos vibratórios de eras de um passado longínquo. O esforço ativo traça seu próprio caminho, deixando de lado as trepadeiras que impedem a passagem e chutando as pedras que obstruem a estrada. O esforço passivo só passa pelo caminho mais percorrido.

Um impulso de pensamento, ou de movimento, causado originalmente por um esforço ativo de faculdade mental, pode se tornar uma repetição contínua, ou hábito, estritamente automática. O impulso dado pelo esforço ativo repetido se desenvolve em uma força viva, que o prolonga passivamente até que seja interrompido por outro esforço ativo ou que tenha sua direção alterada pela mesma causa.

Por outro lado, os impulsos de pensamento ou de movimento, continuados passivamente, podem ser concluídos ou corrigidos por um esforço ativo. A função ativa cria, transforma e destrói. A passiva cumpre a função dada pela ativa e obedece a ordens e sugestões.

A função ativa produz o hábito de pensamento, ou de movimento, e os cede para as vibrações, que os levam passivamente depois disso. A função ativa também tem o poder de enviar adiante vibrações que neutralizam a força do hábito de pensamento ou de movimento; ela também é capaz de iniciar um novo hábito de pensamento ou de movimento com vibrações mais fortes, que conquista e absorve o primeiro pensamento ou movimento, e substitui o novo.

Uma vez que todos os impulsos de pensamento ou movimento são lançados em suas tarefas, eles continuam a vibrar passivamente até que sejam corrigidos ou excluídos por impulsos subsequentes concedidos pela função ativa, ou outro poder controlador. A continuidade desse impulso original adiciona força a ele, e torna sua correção ou eliminação mais difícil. Isso explica a chamada “força do hábito”. Acho que isso será mais prontamente compreendido para aqueles que lutam para vencer

um hábito adquirido facilmente. A Lei se aplica tanto aos bons hábitos quanto aos ruins. A conclusão é óbvia.

Várias das faculdades mentais muitas vezes se combinam para produzir uma única manifestação. Uma tarefa a ser realizada por requerer um exercício combinado de várias faculdades, algumas das quais podem se manifestar pelo esforço ativo, enquanto que outras aparecem com o esforço passivo.

Deparar com novas condições – novos problemas – pede o exercício do esforço ativo, enquanto que um problema ou tarefa familiar pode ser abordado facilmente com o esforço passivo sem a ajuda de seu irmão mais empreendedor.

Na Natureza, há uma tendência instintiva dos organismos vivos para realizar certas ações, a tendência de um corpo organizado para procurar aquilo que satisfaz os desejos de seu organismo. Às vezes, essa tendência é chamada Apetência. Trata-se realmente de um impulso mental passivo, originando-se com o ímpeto concedido pela Causa Primordial, e transmitido de acordo com o desenvolvimento evolucionário, ganhando força e poder à medida que progride. O impulso da Causa Primordial é auxiliado pela poderosa atração ascendente exercida pelo *absoluto*.

Na vida das plantas, essa tendência é plenamente discernível, indo das exibições menores, nos tipos mais simples, para uma exibição maior, nos tipos mais evoluídos. Trata-se daquilo que é geralmente descrito como a “força da vida” nas plantas. No entanto, é uma manifestação de atividade mental rudimentar, que funciona de acordo com o esforço passivo. Em algumas das formas superiores de plantas parece haver sinais de “ação de vida” independente – uma indicação sutil de escolha por vontade. Autores que escrevem sobre a vida das plantas relatam vários exemplos notáveis desse fenômeno. É, sem dúvida, uma exibição de atividade mental ativa rudimentar.

Nas formas mais simples de vida do reino animal, há um grau muito alto de esforço mental passivo. Sem dúvida, os animais mais simples possuem a razão, apenas em um grau menor que o dos homens e, na verdade, a demonstração de atividade mental volitiva exibida por um animal inteligente muitas vezes é quase tão alta quanto a demonstrada por tipos inferiores de humanos ou por uma criança pequena.

Assim como uma criança antes do nascimento demonstra em seu corpo os estágios da evolução física do homem, uma criança – antes e depois do nascimento – até a maturidade manifesta os estágios da evolução mental do homem.

O homem, a forma de vida mais superior produzida até agora, pelo menos neste planeta, demonstra a forma mais sofisticada de atividade mental passiva, e também um desenvolvimento muito maior da atividade mental ativa que aquela vista em animais inferiores, e mesmo assim os graus desse poder podem variar muito entre suas diferentes raças. Mesmo entre os homens de nossa raça, os diferentes graus de atividade mental ativa são plenamente reconhecíveis; esses graus não dependem de forma alguma da quantidade de “cultura”, posição social ou vantagens educacionais possuídas pelo indivíduo: Cultura Mental e Desenvolvimento Mental são duas coisas muito diferentes.

Basta olhar ao redor para ver os diferentes estágios do desenvolvimento da atividade mental ativa no homem. O raciocínio de muitos homens quase não passa de atividade mental passiva, exibindo apenas poucas das qualidades do pensamento volitivo. Eles preferem deixar que outros homens pensem por eles. A atividade mental ativa os cansa e eles acham que o processo mental passivo instintivo e automático é muito mais fácil. Suas mentes funcionam com a menor resistência possível. No entanto, eles são pouco mais que imbecis.

Entre os animais inferiores e os tipos inferiores de homens, a atividade mental ativa é largamente confinada às faculdades mais brutas – no plano mais material; as faculdades mentais superiores funcionam de acordo com a função passiva, instintiva, automática.

À medida que as formas inferiores de vida progrediram na escala evolutiva, desenvolveram novas faculdades que lhes eram latentes. Essas faculdades sempre se manifestaram na forma do

funcionamento passivo rudimentar, e mais tarde alcançaram formas passivas superiores, até que as funções ativas entraram no jogo. O processo evolucionário ainda continua, ou seja, a tendência invariável com o objetivo de alcançar uma atividade mental ativa altamente desenvolvida. Esse progresso evolucionário é causado por um impulso vibratório concedido pela Causa Primordial, auxiliado pela atração edificante do *absoluto*.

A Lei da Evolução ainda está em progresso, e o homem está começando a desenvolver novos poderes da mente que, é claro, estão se manifestando primeiro de acordo com o esforço passivo. Alguns homens desenvolveram essas novas faculdades a um grau considerável, e é possível que logo o homem seja capaz de exercitá-las de acordo com suas funções ativas. Na verdade, esse poder já foi alcançado por algumas pessoas. Esse é o segredo dos ocultistas orientais, e de alguns de seus confrades ocidentais.

A acessibilidade da mente para a vontade pode ser aumentada com uma prática propriamente dirigida. O que geralmente chamamos "fortalecimento da vontade" é, na verdade, o treinamento da mente para reconhecer e absorver o Poder Interior. A vontade é forte o bastante, não necessita de fortalecimento, mas a mente precisa ser treinada para receber e agir de acordo com as sugestões da vontade. A vontade é a manifestação exterior do *eu sou*. A corrente da vontade está fluindo com toda a força pelos fios espirituais; mas você precisa aprender como levantar o cabo elétrico para tocá-lo antes que o trólebus mental se mova. Essa é uma ideia um pouco diferente daquela que estamos acostumados a apreender de escritores sobre o assunto do Poder da Vontade, mas é correta, como você demonstrará para sua própria satisfação se seguir em frente no assunto por meio de experimentos adequados.

A atração do *absoluto* está levando o homem a uma ascensão, e a força vibratória do Impulso Primordial ainda não se exauriu. Chegamos a um momento no desenvolvimento evolucionário em que o homem pode ajudar a ele mesmo. O homem que compreende a Lei pode conquistar maravilhas por meio do desenvolvimento dos poderes da mente, enquanto que o homem que vira as costas para a verdade sofrerá com essa falta de conhecimento.

Aquele que compreende as leis de seu ser mental desenvolve seus poderes latentes e os utiliza de maneira inteligente. Esse homem não despreza suas funções mentais passivas, mas também faz bom uso delas, encarrega-as com tarefas mais apropriadas, e é capaz de obter resultados maravilhosos de seu trabalho, já que aprendeu a controlá-las e treiná-las para obedecer ao Eu Superior. Quando elas falham ao fazerem seu trabalho adequadamente, ele as regula, e seu conhecimento evita que ele interaja com elas de maneira não inteligente e, portanto, que se prejudique. Ele desenvolve as faculdades e poderes latentes em si mesmo e aprende como manifestá-los tanto à maneira da atividade mental ativa quanto da passiva. Ele sabe que o verdadeiro homem dentro de si mesmo é o mestre, para quem tanto as funções ativas quanto as passivas são meras ferramentas. Ele já baniu o medo, e goza da liberdade. Ele se encontrou. *Ele aprendeu o segredo do eu sou*.

Capítulo 4

A constituição da mente

O homem pode construir sua mente e fazer dela o que desejar. Na verdade, estamos construindo nossas mentes a cada hora de nossas vidas, conscientemente ou não. A maioria de nós faz esse trabalho inconscientemente, mas aqueles que conseguem ver um pouco além da superfície das coisas tomaram essa questão nas mãos e se tornaram criadores conscientes de sua própria mentalidade. Eles não estão mais sujeitos às sugestões e à influência dos outros, mas se tornaram mestres deles mesmos. Eles afirmam o "EU", e compelem obediência das faculdades mentais subordinadas. O "EU" é o soberano da mente, e o que chamamos de *vontade* é o instrumento do "EU". É claro que há algo por trás disso, e a Vontade Universal é maior que a Vontade do Indivíduo, mas a última está muito mais próxima da Vontade Universal do que geralmente se supõe, e uma vez que você conquista seu "eu" inferior, e afirma o "EU", ele fica mais próximo da Vontade Universal e compartilha de muito de seu poder maravilhoso. No momento em que alguém afirma o "EU" e "encontra a si mesmo", estabelece uma conexão muito próxima entre a Vontade Individual e a Universal. Mas antes de poder se beneficiar dessa força poderosa sob seu comando, a pessoa deve primeiro desenvolver o domínio sobre o "eu" inferior.

Pense no absurdo do homem reivindicando manifestar poderes enquanto ainda é escravo das partes inferiores de seu ser mental, que deveriam ser subordinadas a ele. Imagine um homem que é escravo de seus humores, paixões, desejos animais e faculdades inferiores, e que ao mesmo tempo tenta reivindicar os benefícios da vontade. Não estou pregando asceticismo, que me parece uma confissão da fraqueza, estou falando de autocontrole – a afirmação do "EU" sobre as partes subordinadas de uma pessoa. Em uma visão superior dessa questão, esse "EU" é o único "eu" verdadeiro, enquanto que o restante é o "não-eu"; no entanto, nosso espaço não permite a discussão desse ponto, e vamos usar a palavra "eu" para designar o homem por inteiro. Antes que um homem possa afirmar o "EU" em toda a sua força, deve obter o domínio completo das partes subordinadas do "eu". Todas as coisas são boas quando aprendemos a controlá-las, mas nada é bom quando nos controla. Enquanto permitimos que as partes mais inferiores de nosso "eu" nos deem ordens, nos tornamos escravos. Somente quando o "EU" se senta em seu trono e levanta seu cetro é que a ordem se estabelece e as coisas assumem uma relação adequada entre si.

Não vemos nenhum defeito naqueles que são controlados por seu "eu" inferior – eles estão em um nível inferior de evolução, e subirão nessa escala a tempo. No entanto, estamos chamando a atenção daqueles que estão prontos para o fato de que o Soberano deve afirmar sua vontade, e que os súditos devem obedecer. Ordens precisam ser dadas e cumpridas. As rebeliões devem ser sufocadas, e a autoridade legítima imposta. E o momento para isso é agora.

Você tem permitido que seus súditos rebeldes mantenham o Rei longe do trono. Você tem deixado que o reino mental seja mal governado por faculdades irresponsáveis. Você tem sido escravo do

desejo, de Pensamentos Indignos, da paixão e da negatividade. A vontade foi deixada de lado e o Desejo Inferior tomou seu trono. É hora de restaurar a ordem no reino mental. Você pode impor o controle sobre qualquer emoção, desejo, paixão ou qualquer categoria de pensamentos com a afirmação da vontade. Você pode ordenar que o medo vá para os fundos, que o ciúme saia de perto, que o ódio suma de vista, que a raiva se esconda, que a preocupação pare de incomodá-lo, que o Desejo Descontrolado e a paixão se curvem em submissão e se tornem humildes escravos em vez de mestres – tudo pela afirmação do "EU". Você pode se rodear com a companhia gloriosa da coragem, do amor e do autocontrole da mesma maneira. Você pode sufocar a rebelião e assegurar a paz e a ordem em seu reino mental ao proferir suas ordens e insistir em sua execução. Antes de marchar em direção a seu império, você deve estabelecer uma condição interna adequada – que demonstre sua capacidade de governar seu próprio reino. A primeira batalha é a conquista do "eu" inferior pelo Eu Verdadeiro.

AFIRMAÇÃO

Eu estou afirmando o controle do meu Eu Verdadeiro.

Repita essas palavras *sinceramente* e com atitude positiva durante o dia por pelo menos uma hora, especialmente quando você for confrontado com condições que o deixem tentado a agir de acordo com o “eu” inferior em vez de seguir o curso ditado pelo Eu Verdadeiro. Em momentos de dúvida e hesitação, diga essas palavras com sinceridade, e seu caminho ficará claro para você. Repita-as várias vezes depois de se retirar e se preparar para dormir. Mas não se esqueça de ajudar as palavras com o pensamento que as inspira, e não as repita meramente como um papagaio. Construa a imagem mental do Eu Verdadeiro impondo seu controle sobre os planos inferiores de sua mente – veja o Rei em seu trono. Você vai se tornar consciente de um influxo de novos pensamentos, e coisas que pareciam difíceis para você de repente se tornarão muito mais fáceis. Você sentirá que está em suas próprias mãos, e que *você* é o mestre – e não o escravo. O pensamento que você guarda se manifestará em ação, e você começará a crescer sem parar, até se tornar aquilo que tem em mente.

EXERCÍCIO

Concentre sua mente firmemente no Eu Superior e se inspire nele quando se sentir tentado a se render às induções da parte inferior de sua natureza. Quando se sentir inclinado a explodir de raiva, afirme o “EU”, e sua voz se baixará. A raiva não é digna do Eu Desenvolvido. Quando se sentir aborrecido e mal-humorado, lembre-se de quem você é, e supere o sentimento. Quando estiver apavorado, lembre-se que o Eu Verdadeiro não tem medo de nada, e afirme sua coragem. Ao sentir o estímulo do ciúme, pense em sua natureza superior, e ria dele. E assim por diante, afirmando o Eu Verdadeiro e não permitindo que os elementos do plano inferior da mentalidade o perturbem. Eles não são dignos de você, e precisam aprender a ficar em seus devidos lugares. Não permita que eles controlem você – eles deveriam ser seus súditos, e não seus mestres. Você precisa sair desse plano, e a única maneira de fazê-lo é se desvencilhar dessas fases de pensamento que têm controlado a situação em próprio favor. Você pode ter problemas no começo, mas não desanime e obterá a satisfação que vem apenas quando se conquista as partes inferiores de nossa natureza. Você já foi um escravo por tempo suficiente – agora é hora de se libertar. Se você seguir esses exercícios fielmente, já será um alguém diferente no final do ano, e vai olhar para trás com um sorriso de pena de sua situação anterior. Mas tudo isso exige esforço. Isso não é brincadeira de criança, mas uma tarefa para homens e mulheres sérios. *Você* aceita o desafio?

Capítulo 5

O segredo da vontade

Enquanto os psicólogos têm teorias diferentes a respeito da natureza da vontade, nenhum deles nega sua existência, nem questionam seu poder. Todas as pessoas reconhecem o poder da vontade forte – todas podem ver como ela pode ser usada para superar os maiores obstáculos. Mas poucas percebem que a vontade pode ser desenvolvida e fortalecida pela prática inteligente. Elas sentem que poderiam conquistar maravilhas se tivessem uma vontade forte, mas em vez de tentar desenvolvê-la, se contentam com arrependimentos vazios. Elas suspiram, mas não fazem nada.

Aquelas que já pesquisaram o assunto de perto sabem que a força de vontade, com todas as suas possibilidades latentes e imensos poderes, pode ser desenvolvida, disciplinada, controlada e dirigida, assim como qualquer outra das forças da Natureza. Não importa qual teoria você prefere sobre a natureza da vontade: você obterá os resultados se praticar de maneira inteligente.

Pessoalmente, tenho uma teoria um pouco excêntrica sobre a vontade. Acredito que cada homem tem, potencialmente, uma forte vontade, e tudo que tem a fazer é treinar sua mente para usá-la. Acho que as regiões superiores da mente de cada homem são um grande depósito de força de vontade esperando ser utilizado. A corrente da vontade passa pelos fios psíquicos, e tudo que se tem a fazer é levantar o cabo de eletricidade mental e trazer o poder para seu uso. O suprimento é ilimitado, já que a sua pequena bateria de armazenagem está conectada com a grande central elétrica da força de vontade universal, e essa força é inesgotável. Sua vontade não precisa de treino – mas sua mente sim. A mente é o instrumento, e o suprimento da força de vontade é proporcional à sofisticação do instrumento por meio do qual ela se manifesta. Mas você não precisa aceitar essa teoria se não gostar dela. Essa lição se aplica tanto à sua teoria quanto à minha.

Aquele que desenvolve sua mente a ponto de permitir que a força de vontade se manifeste por meio dela abre um mundo de possibilidades maravilhosas para si mesmo. Além de descobrir um grande poder sob seu comando, ele pode colocá-lo em prática e usar as faculdades, talentos e habilidades de uma existência com a qual nem sequer sonhava. O segredo da vontade é a chave mágica que abre todas as portas.

O já falecido Donald G. Mitchell escreveu: “A resolução é o que faz o homem se manifestar; não uma resolução fraca, mas a determinação em seu estado natural; não uma proposta errante – mas aquela vontade forte e incansável que esmaga as dificuldades e perigos, assim como um menino caminha sobre as terras congeladas no inverno; aquela que agita seus olhos e cérebro com um pulsar orgulhoso em direção ao inalcançável. A vontade transforma os homens em gigantes”.

Muitos de nós achamos que exercendo nossa vontade poderíamos conquistar maravilhas. No entanto, parece que não queremos ter o trabalho – de qualquer forma – e não nos mostramos dispostos. Adiamos de tempos em tempos e falamos vagamente em fazê-lo “algum dia”, mas esse dia pode nunca chegar.

Instintivamente, nós sentimos a força da vontade, mas não temos energia suficiente para exercitá-la, e então flutuamos de acordo com a maré, a não ser talvez que alguma dificuldade amigável apareça, e algum obstáculo útil surja em nosso caminho, ou alguma dor gentil nos coloque em ação, em nenhum desses casos nos sentimos compelidos a afirmar nossa vontade e assim começar a conquistar alguma coisa.

O problema conosco é que não queremos fazer as coisas a ponto de nos fazer exercer nossa força de vontade. *Não queremos trabalhar duro*. Somos mentalmente preguiçosos e nosso desejo é fraco. Se você não gosta da palavra *desejo*, substitua-a por *aspiração* (algumas pessoas chamam os impulsos inferiores de *desejos* e os superiores de *aspirações* – é tudo uma questão de palavras, faça sua escolha). Aí está o problema. Deixe que um homem corra o perigo de perder sua vida, ou uma mulher corra o risco de perder um grande amor, e testemunhará uma exibição surpreendente de força de vontade vinda de uma fonte desconhecida. Deixe que o filho de uma mulher seja ameaçado por algum perigo, e ela manifestará um grau de coragem e vontade que deixará todos boquiabertos. E, ainda assim, a mesma mulher vai tremer diante de um marido dominador, e não terá a vontade para realizar uma simples tarefa. Um menino vai fazer qualquer tipo de trabalho se achar que faz parte de uma brincadeira, mas por outro lado mal pode se forçar a cortar um pouco de lenha para a lareira. A vontade forte segue o desejo forte. Se você realmente quer fazer algo, geralmente pode desenvolver a força de vontade para conseguir.

O problema é você não querer realmente fazer essas coisas, e mesmo assim colocar a culpa na vontade. Você diz que não quer fazer isso, mas se parar para pensar verá que quer fazer algo além daquilo que está em questão. Você não quer é pagar o preço pela realização. Pare por um momento e analise essa situação para aplicá-la à sua própria vida.

Você é mentalmente preguiçoso – esse é o problema. Não me diga que não tem vontade suficiente. Você possui um grande depósito de vontade esperando para ser usado, mas você é preguiçoso demais para utilizá-lo. Agora, se você estiver realmente interessado nesse assunto, mãos à obra: para começar, descubra o que realmente quer fazer – e então comece a trabalhar e *faça*. Não se preocupe com a força de vontade – você encontrará um suprimento e tanto dela sempre que precisar. A coisa a fazer agora é chegar ao ponto em que você *resolve* fazer. Esse é o verdadeiro teste – o da resolução. Pense um pouco sobre tudo isso, e então decida se você quer realmente ou não ser uma pessoa com vontade o bastante para colocar a mão na massa.

Muitos livros e ensaios excelentes já foram escritos sobre esse assunto, e todos concordam quanto ao poder da força de vontade, e os termos mais entusiásticos foram usados; mas poucos têm algo a dizer sobre como esse poder pode ser adquirido por aqueles que não o possuem, ou que os possuem a um grau limitado. Alguns fornecem exercícios criados para “fortalecer” a vontade, e que na verdade fortalecem a mente para que ela seja capaz de acessar seu depósito de poder. Mas, geralmente, eles negligenciam o fato de que a autossugestão é o segredo do desenvolvimento da mente, e que ela deve se tornar um instrumento eficiente da vontade.

AUTOSSUGESTÃO

Eu estou usando minha força de vontade.

Diga essas palavras várias vezes sincera e positivamente, logo após terminar de ler este capítulo. Então, repita-as com frequência durante o dia, por pelo menos uma hora, e principalmente ao deparar com algo que pede o exercício da força de vontade. Também as repita várias vezes ao se retirar e se preparar para dormir. Agora, não há nada nessas palavras a não ser que você as auxilie com seu pensamento. Na verdade, o pensamento é “a coisa toda”, e as palavras apenas “pinos” onde você pendura os pensamentos. Então, pense no que está dizendo, e diga com sentimento. No começo, você deve usar a fé, e utilizar as palavras com uma expectativa confiante do resultado. Guarde esse pensamento constante que você está criando em seu depósito de força de vontade e, antes que você espere, descobrirá que os pensamentos estão se transformando em ações, e que sua força de vontade está se manifestando. Você sentirá um influxo de força a cada repetição das palavras. Você verá que está superando as dificuldades e os maus hábitos, e se surpreenderá em ver como as coisas estão se tornando mais fáceis para você.

EXERCÍCIO

Realize pelo menos uma tarefa desagradável todos os dias do mês. Se há uma tarefa especialmente desagradável que você gostaria de evitar, é essa mesmo que deveria realizar. Não se trata de um autossacrifício ou um ato de submissão, ou qualquer coisa do gênero – trata-se de um exercício para sua vontade. Qualquer pessoa pode fazer algo agradável alegremente, mas é preciso ter vontade para fazer algo desagradável alegremente; é assim que você deve fazer o trabalho. Isso lhe provará a disciplina mais valiosa. Tente fazer isso por um mês e verá onde a vontade "entra em ação". Se você evitar esse exercício, é melhor parar por aqui e saber que você não quer ter força de vontade, e está satisfeito em permanecer onde está e continuar fraco.

Capítulo 6

Como se tornar imune à atração do pensamento prejudicial

A primeira coisa a fazer é começar a liquidar o medo e a preocupação. Pensamentos medrosos são a causa de muita infelicidade e vários fracassos. Você já ouviu isso várias vezes, mas a questão continua sendo repetida. O medo é um hábito da mente que se prende em nós pelos pensamentos negativos, mas do qual podemos nos livrar com um esforço especial e perseverança.

Uma expectativa forte é um poderoso ímã. Quem tem desejos fortes e confiantes atrai para si as coisas mais adequadas para se ajudar – pessoas, circunstâncias, ambientes; se a pessoa deseja com esperança, confiança, segurança e calma. E, da mesma forma, quem tem medo geralmente encontra uma maneira de iniciar forças em ação que farão que a coisa temida venha a seu encontro. Você não consegue ver que o homem que teme na verdade espera a coisa temida, e sob os olhos da Lei é como se ele tivesse desejado ou pedido que isso acontecesse? A Lei funciona em ambos os casos – o princípio é o mesmo.

A melhor maneira de superar o hábito do medo é assumir uma atitude mental de coragem, assim como a melhor maneira de se livrar da escuridão é permitir a entrada da luz. É uma perda de tempo lutar contra o hábito de pensar negativamente reconhecendo seu poder e tentando negar sua existência com um grande esforço. O melhor método e mais fácil e garantido é assumir a existência do pensamento positivo desejado em seu lugar; e ao insistir no pensamento positivo, manifestá-lo na realidade objetiva.

Portanto, em vez de repetir "Eu não tenho medo", diga com convicção "Estou cheio de coragem", "Sou corajoso". Você precisa afirmar "Não há nada a temer" que, apesar de ser uma negação por natureza, simplesmente nega a realidade do objeto que causa medo, em vez de admitir a existência do próprio medo e então negá-lo.

Para superar o medo, alguém deveria ter uma atitude mental firme de coragem. A pessoa deveria pensar na coragem, dizer coragem, agir com coragem. Deveria manter a imagem mental da coragem diante de si o tempo todo, até que se torne sua atitude mental normal. Considere o ideal com firmeza e, aos poucos, você o conquistará – o ideal se tornará manifesto.

Deixe que a palavra *coragem* penetre profundamente em sua mente, e então a mantenha lá com firmeza até que a mente a coloque em seu lugar. Pense em si mesmo como uma pessoa corajosa – veja-se agindo com coragem em situações em que precisa tentar. Perceba que não há nada a temer – e que a preocupação e o medo nunca ajudaram ninguém, e jamais o farão. Perceba que o medo paralisa o esforço, e que a coragem promove atividade.

O homem confiante, que nada teme, esperançoso e que diz "eu posso e vou conseguir" é um ímã poderoso. Ele atrai para si mesmo justamente aquilo que precisava para alcançar o sucesso. As coisas

parecem ir até ele, e as pessoas dizem que ele é “sortudo”. Bobagem! “Sorte” não tem nada que ver com isso. Tudo depende da Atitude Mental. E a Atitude Mental do homem que diz “não consigo” ou “tenho medo” também determina a medida de seu sucesso. Não há mistério algum nisso. Basta pensar em sua vida para perceber a verdade naquilo que acabei de dizer. Você já conheceu um homem de sucesso que não tivesse o pensamento “eu posso e vou conseguir” fortemente com ele? Com certeza ele passará por cima do homem que diz “não consigo”, que talvez até tenha mais capacidade que ele. A primeira Atitude Mental trouxe à tona qualidades latentes, e também atraiu ajuda externa; já a segunda Atitude Mental não só atraiu pessoas e coisas que dizem “eu não consigo” como também impediu que os próprios poderes da pessoa se manifestassem. Já demonstrei a precisão dessas visões, assim como muitos outros já o fizeram, e o número de pessoas que sabem dessas coisas aumenta a cada dia.

Não jogue fora sua força de pensamento, mas a utilize em sua vantagem. Pare de atrair para si o fracasso, a infelicidade, a desarmonia e a tristeza – comece agora e emita uma corrente de pensamentos brilhantes, positivos e felizes. Deixe que seu pensamento mais recorrente seja “eu posso e vou conseguir”, pense “eu posso e vou conseguir”, sonhe com “eu posso e vou conseguir”, diga “eu posso e vou conseguir”, e haja de acordo com “eu posso e vou conseguir”. Viva no plano de “eu posso e vou conseguir” e, antes que possa perceber, você sentirá novas vibrações se colocando em ação; você verá que elas trazem resultados; você terá consciência de um novo ponto de vista; você perceberá que aquilo que é seu está vindo para você. Você se sentirá melhor, agirá melhor, verá melhor, *será* melhor de todas as maneiras, depois de se juntar à brigada do “eu posso e vou conseguir”.

O medo é o pai da preocupação, do ódio, do ciúme, da maldade, da raiva, do descontentamento, do fracasso e de todo o resto. O homem que se livra do medo descobre que o resto de sua laia desaparece. A única maneira de ser livre é se livrar do medo. Arranque-o pela raiz. Veja a conquista do medo como o primeiro passo importante dado por aqueles que desejam controlar a aplicação da força do pensamento. Enquanto o medo o controlar, você não tem condições de fazer algum progresso no campo do pensamento, e devo insistir que você comece agora a trabalhar para se livrar dessa obstrução. Você *pode* fazer isso – se tiver determinação. E quando tiver se livrado dessa coisa tão vil, a vida lhe parecerá inteiramente diferente, e você terá mais sucesso a cada desafio.

Comece hoje mesmo, coloque em sua mente que esse intruso precisa *ir embora* – não faça acordos com ele, mas insista em sua rendição absoluta. A princípio, a tarefa será difícil, mas a cada vez que você se opuser a ele, o medo se tornará mais fraco, e você mais forte. Acabe com seu sustento – deixe que ele morra de fome –, já que ele não consegue sobreviver em uma atmosfera de pensamento de destemor. Então, comece a encher sua mente com pensamentos bons, fortes e destemidos – mantenha-se ocupado pensando sobre o destemor, e o medo morrerá de próprio acordo. O destemor é positivo – o medo é negativo, e você pode ter certeza de que o positivo prevalecerá.

Enquanto o medo estiver por perto com seus “mas”, “se”, “imagine que”, “eu tenho medo”, “eu não consigo”, “e se”, e todas as suas sugestões covardes, você não poderá usar sua força de pensamento em sua vantagem. Assim que ele estiver fora de seu caminho, você poderá velejar com tempo bom, e cada centímetro da vela do pensamento pegará o vento. Ele é um pé frio! Jogue-o ao mar! (Só sinto pena da baleia que o engolir.)

Aconselho que você comece a fazer algumas coisas que sente que poderia se não tivesse *medo* de tentar. Comece a trabalhar nessas coisas, afirmando a coragem em todos os momentos, e ficará surpreso ao ver como uma atitude mental transformada fará desaparecer os obstáculos de seu caminho, e tornará tudo muito mais fácil do que você esperava. Exercícios desse tipo trarão um desenvolvimento maravilhoso, e você ficará muito satisfeito com o resultado de um pouco de prática.

Há várias coisas esperando realização, mas você só poderá realizá-las se deixar de lado a opressão

do Medo – e se o fizer, se recusará a aceitar a sugestão do momento e afirmará corajosamente o "EU" e seu poder. E a melhor forma de superar o Medo é afirmar a "Coragem" e parar de pensar nele. Com esse plano você poderá fazer com que sua mente adquira esses novos hábitos de pensamento, erradicando assim os velhos pensamentos negativos que o têm puxado para baixo, e impedindo que você siga em frente. Leve a palavra "Coragem" com você como seu lema e a coloque em ação.

Lembre-se que a única coisa a temer é o próprio Medo, e, bem, não tema nem mesmo o medo, pois ele é no máximo um sujeito covarde, que irá sair correndo quando você mostrar sua cara mais corajosa.

Capítulo 7

A transmutação do pensamento negativo

A *preocupação* é a filha do medo – se você matar o medo, a preocupação morrerá por falta de sustento. Esse conselho é muito velho, e mesmo assim sempre vale ser repetido, pois é uma lição de que muito precisamos. Algumas pessoas pensam que se matarmos o medo e a preocupação, jamais seremos capazes de alcançar coisa alguma. Já li editoriais em grandes publicações em que os autores afirmavam que, sem a preocupação, uma pessoa nunca poderia realizar as grandes tarefas da vida, já que a preocupação é necessária para estimular o interesse e o trabalho. Isso é bobagem, não importa quem o diga. A preocupação nunca ajudou ninguém a realizar nada; pelo contrário, ela fica no caminho da conquista e da realização.

Os motivos por trás da ação e de “fazer coisas” são o desejo e o interesse. Se alguém realmente deseja algo, naturalmente se torna muito interessado em sua realização, e rapidamente aproveita qualquer coisa que possa ajudá-lo a ganhar aquilo que quer. Mais do que isso, sua mente começa a trabalhar no plano subconsciente que traz ao campo da consciência muitas ideias de valor e importância. O desejo e o interesse são as causas que resultam em sucesso. Preocupação não é desejo. Se for verdade que o ambiente que rodeia alguém se torna intolerável, a pessoa é movida pelo desespero a fazer alguns esforços que resultarão em jogar fora as condições desfavoráveis e adquirir outras em maior harmonia com seu desejo. Mas essa é apenas outra forma de desejo – o homem deseja algo diferente daquilo que possui; e quando seu desejo se torna forte o bastante para que todo o seu interesse seja voltado para a tarefa, ele faz um grande esforço, e a mudança é realizada. Mas não foi a preocupação que causou o esforço. A preocupação poderia se conter apertando suas mãos e gemendo “a aflição sou eu”, e deixar seus nervos em frangalhos, e nada conquistar. O desejo age de maneira diferente. Ele se torna mais forte à medida que as condições do homem se tornam intoleráveis, e finalmente quando ele sente a dor tão forte que não pode mais suportá-la, diz “*não vou* mais aguentar isso, *vou* mudar”, e, oh!, o desejo entra em ação. O homem continua “querendo” uma mudança da pior maneira (que é a melhor maneira) e seu interesse e sua atenção se voltam para a tarefa da libertação, que começa a fazer as coisas irem para frente. A preocupação nunca conquistou nada. A preocupação é negativa e mortal. O desejo e a ambição são positivos e produzem vida. Um homem pode morrer de preocupação e mesmo assim não realizar nada, mas deixe que esse homem transforme essa preocupação e descontentamento em desejo e interesse, unidos a uma crença de que ele é capaz de fazer essa mudança – a ideia do “eu posso e vou conseguir” – e então algo realmente acontece.

Sim, o medo e a preocupação têm de ir embora antes que possamos fazer alguma coisa. É preciso eliminar esses intrusos negativos, e substituí-los pela confiança e esperança. Transmute a preocupação em desejo sagaz. Então você verá que o interesse é acordado, e começará a pensar em coisas que lhe interessam. Os pensamentos sairão do grande estoque de reserva em sua mente e você

começará a colocá-los em ação. Além disso, você se encontrará em harmonia com os pensamentos similares aos de outras pessoas, e atrairá o auxílio e a assistência que precisa do grande volume de ondas de pensamento das quais o mundo está cheio. Uma pessoa atrai para si as ondas de pensamento correspondentes à natureza de seus pensamentos mais recorrentes em sua mente já conquistada – sua atitude mental. Então ela começa a colocar em ação a grande Lei da Atração, pela qual atrai outras pessoas que podem ajudá-la e, por sua vez, é atraída por pessoas que podem auxiliá-la. Essa Lei da Atração não é brincadeira, nem nenhum absurdo metafísico, mas um grande princípio vivo da Natureza em ação, como qualquer um pode descobrir experimentando e observando.

Para obter sucesso em qualquer coisa é preciso querer muito – o desejo deve estar em evidência para conseguir atraí-lo. O homem de desejos fracos atrai muito pouco para si mesmo. Quanto mais forte é o desejo, maior é a força que entra em ação. Você precisa desejar algo o bastante antes de obtê-lo. Você precisa desejá-lo mais que deseja as coisas que estão à sua volta, e deve estar preparado para pagar um preço por ele. O preço é se livrar de certos desejos menores que podem ficar no caminho da conquista do desejo maior. O conforto, a facilidade, o ócio, os divertimentos e muitas outras coisas podem ter de ir embora (mas nem sempre). Tudo depende daquilo que você quer. Como uma regra, quanto maior é a coisa desejada, maior é o preço que deve ser pago por ela. A Natureza acredita em uma compensação adequada. Mas se você deseja algo sinceramente, pagará o preço sem qualquer objeção, já que o desejo diminuirá a importância das outras coisas.

Você diz que quer muito alguma coisa, e está fazendo todo o possível para conquistá-la? Ora! Você está apenas fingindo desejo. Você quer essa coisa tanto quanto um prisioneiro deseja sua liberdade – tanto quanto um homem à beira da morte deseja viver? Veja as coisas quase miraculosas que os prisioneiros que desejam liberdade conseguem fazer. Veja como eles passam por placas de aço e paredes de rocha com um pedacinho de pedra. Seu desejo é forte assim? Você trabalha para alcançar a coisa desejada como se sua vida dependesse disso? Bobagem! Você não sabe o que é desejo. Eu digo que se um homem deseja algo tanto quanto um prisioneiro deseja sua liberdade, ou tanto quanto um homem moribundo deseja sua vida, então esse homem será capaz de acabar com os obstáculos e impedimentos aparentemente irremovíveis. A chave para a realização é desejo, confiança e vontade. Essa chave abrirá muitas portas.

O medo paralisa o desejo – ele o mata de susto. Houve momentos em minha vida em que o medo me dominava e se agarrava com força à minha essência, e então eu perdia toda a esperança, todo o interesse, toda a ambição, todo o desejo. Mas, graças a Deus, sempre consegui me livrar desse monstro e encarar minha dificuldade como um homem; e as coisas pareciam se resolver para mim de alguma forma. A dificuldade desaparecia ou eu recebia os meios para superar, ou contornar, ou me livrar dela. É estranho como isso funciona. Não importa o tamanho da dificuldade, parecemos sobreviver de alguma forma, e então começamos a pensar – “o que era mesmo aquilo que eu temia?” Isso não é apenas imaginação, é o funcionamento de uma lei poderosa, que podemos não entender completamente, mas que podemos provar a qualquer momento.

As pessoas muitas vezes perguntam: “Não há nada de mais para a gente do Novo Pensamento em você dizer ‘não se preocupe’, mas o que uma pessoa pode fazer quando pensa em tudo o que vai enfrentar, que podem atrapalhá-la e a seus planos?”. Bem, tudo o que posso dizer é que o homem é tolo ao se importar em pensar sobre os problemas que ainda estão por vir. A maioria das coisas com as quais nos preocupamos nunca acontecem; uma grande proporção das outras vêm de uma forma mais branda a que esperávamos, e há sempre aquelas coisas que vêm ao mesmo tempo para nos ajudar a superar o problema. As coisas acabam se ajustando. Estamos preparados para qualquer problema que nos assalte, e quando a hora chega nos encontramos de alguma forma prontos para enfrentá-lo. O futuro nos reserva não apenas dificuldades a serem superadas, mas também agentes para nos ajudar a superá-las. As coisas se ajustam sozinhas. Deus não apenas ajusta o vento para a

ovelha tosada, mas também a ovelha tosada para o vento. Os ventos e a tosa não vêm juntos; mas geralmente há tempo suficiente para que a ovelha se acostume, e sua lã geralmente cresce antes que o frio cortante chegue.

Já foi bem dito que nove décimos das preocupações são sobre coisas que jamais acontecem, e que o outro décimo é sobre coisas que têm pouca ou nenhuma importância. Então de que vale usar toda a sua reserva de força se afligindo com problemas futuros, se isso não for verdade? É melhor esperar até que os problemas realmente cheguem antes de se preocupar. Você verá que ao guardar essa energia, você poderá enfrentar qualquer problema que aparecer em seu caminho.

Mas o que acaba mesmo com toda a energia no homem ou na mulher comum? É realmente a superação das dificuldades, ou a preocupação com problemas que ainda estão por vir? É sempre "amanhã, amanhã", e mesmo assim o amanhã nunca chega como temíamos que chegasse. Não há nada de errado com o amanhã; ele traz tantas coisas boas quanto problemas. Juro que, quando me sento para pensar sobre as coisas que temia que se voltassem contra mim, dou risada! Onde estão essas coisas temidas agora? Eu não sei – e quase me esqueci de que já tive medo delas.

Você não precisa *lutar* contra a preocupação – essa não é maneira de vencer esse hábito. Apenas pratique sua concentração, e então aprenda a se concentrar em algo que está diante de você, e verá que o pensamento de preocupação desapareceu. A mente só consegue pensar em uma coisa por vez, e se você se concentrar em algo brilhante, a outra coisa irá embora. Há maneiras melhores de superar pensamentos repreensíveis do que lutar contra eles. Aprenda a se concentrar em pensamentos de caráter oposto e terá então resolvido o problema.

Quando a mente está cheia de pensamentos de preocupação, não consegue achar tempo para fazer planos em seu benefício. Mas quando você se concentra em pensamentos brilhantes e úteis, vai descobrir que isso começará a funcionar subconscientemente; e quando esse momento chegar, você encontrará todos os tipos de planos e métodos com os quais poderá atender às suas demandas. Mantenha sua atitude mental certa, e todas as coisas chegarão até você. Não faz sentido se preocupar; nunca se ganhou nada com isso, nem se ganhará. Pensamentos brilhantes, animadores e felizes atraem coisas brilhantes, animadoras e felizes para nós – e a preocupação só as afugenta. Cultive a atitude mental certa.

Capítulo 8

A lei do controle mental

S*eus* pensamentos podem ser seus fiéis criados ou seus mestres tirânicos – depende de como você permite que sejam. Eles podem trabalhar de acordo com uma vontade firme, fazendo o melhor que sabem, não apenas quando você está acordado, mas enquanto dorme – parte de nosso melhor trabalho mental acontece quando nossa mentalidade consciente está em repouso, como podemos notar pelo fato de que quando a manhã chega, descobrimos que alguns problemas foram resolvidos durante a noite, depois que os despedimos de nossas mentes – aparentemente; ou eles podem nos controlar e nos tornar seus escravos se formos bobos o bastante para permitir que façam isso. Mais da metade das pessoas no mundo são escravas de cada pensamento errante que parece perfeito para atormentá-las.

Sua mente foi dada a você para seu bem e bom uso – e não para usar você. Pouquíssimas pessoas parecem perceber isso e compreender a arte de controlar a mente. A chave para o mistério é a concentração. Um pouco de prática desenvolverá em cada pessoa o poder de usar a máquina mental adequadamente. Quando você tiver algum trabalho mental a fazer, concentre-se nele e em mais nada, e descobrirá que a mente entrará em ação imediatamente – no trabalho em questão – e os problemas se resolverão antes do esperado. Há uma ausência de fricção, e assim evitamos um trabalho ou poder perdido. Cada grama de energia é usada, e cada revolução do volante mental conta. Vale a pena ser um engenheiro mental competente.

E o homem que entende como fazer funcionar seu motor mental sabe que uma das coisas mais importantes é ser capaz de pará-lo quando o trabalho já foi feito. Ele não continua colocando carvão na fornalha, nem mantendo a pressão alta depois que o trabalho está terminado, ou quando a quantidade de trabalho do dia já foi cumprida, e as fornalhas devem ser abafadas até o dia seguinte. Algumas pessoas agem como se o motor devesse ser mantido ligado mesmo havendo ou não trabalho a ser feito, e então reclamam que ele se desgasta e oscila e precisa de conserto. Esses motores mentais são máquinas sofisticadas, e precisam de um cuidado inteligente.

Para aqueles que se familiarizam com as leis do controle mental parece absurdo passar a noite acordado se afligindo com os problemas do dia ou, mais frequentemente, pela manhã. É tão fácil diminuir a velocidade da mente quanto diminuir a velocidade de um motor, e milhares de pessoas estão aprendendo a fazer isso neste momento do Novo Pensamento. A melhor maneira de fazê-lo é pensar em alguma outra coisa – o mais diferente possível do pensamento inoportuno. Não adianta lutar contra um pensamento repreensível com o objetivo de “afogá-lo” – é uma tremenda perda de energia, e quanto mais você diz “Não vou pensar nisso!”, mais o pensamento volta à sua mente, já que você o está segurando lá para tentar acabar com ele. Deixe-o ir; não pense mais nisso; concentre sua mente em algo totalmente diferente, e mantenha a atenção lá por um esforço da vontade. Um pouco de prática fará muito por você nesse sentido. Só há espaço para uma coisa por vez no foco da

atenção; então concentre toda a sua atenção em um único pensamento, e os outros sairão sorrateiramente. Tente você mesmo.

Capítulo 9

Afirmando a força da vida

Já falei sobre a vantagem de se livrar do medo. Agora, quero levar um pouco de *vida* até você. Muitos de vocês agem como se estivessem mortos – sem ambição, sem energia, sem vitalidade, sem interesse, sem vida. Isso nunca vai funcionar. Você está estagnado. Acorde e mostre alguns sinais de vida! Esse não é o lugar para você se arrastar como um cadáver que volta à vida – esse é o lugar de pessoas alertas, ativas, *vivas*, e um bom despertar é o que você precisa; apesar de não precisarmos de mais nada além do tocar da trombeta de Gabriel para acordar algumas das pessoas que se arrastam por aí pensando estarem vivas, mas que na verdade estão mortas para tudo aquilo que faz a vida valer a pena.

Precisamos deixar a vida fluir através de nós, e permitir que se expresse naturalmente. Não deixe que as pequenas preocupações da vida, nem mesmo as grandes, o deprimam e façam que você perca a vitalidade. Afirme a força da vida que está em você e a manifeste em cada pensamento, ação e feito, e logo você estará feliz e quase transbordando de vitalidade e energia.

Coloque um pouco de vida em seu trabalho, em seus prazeres, em você mesmo. Pare de fazer coisas pela metade, e comece a se interessar por aquilo que está fazendo, dizendo e pensando. É impressionante quanto interesse podemos encontrar nas pequenas coisas da vida quando acordamos para ela. Há coisas interessantes por toda parte ao nosso redor – acontecimentos interessantes a todo o momento –, mas não nos daremos conta deles a não ser que afirmemos nossa força de vida e comecemos a viver de verdade, em vez de meramente existir.

Nenhum homem ou mulher nunca dá valor para nada a não ser que coloque vida em suas tarefas do dia a dia – as ações e os pensamentos. O que o mundo precisa é de homens e mulheres vivos. Basta olhar nos olhos das pessoas que você conhece para ver como pouquíssimos deles estão realmente *vivos*. A maioria deles não tem aquela expressão de vida consciente que distingue os *vivos* daqueles que simplesmente *existem*.

Quero que você adquira esse sentimento de vida consciente para que possa manifesto-la em sua vida e mostrar o que a Ciência Mental fez por você. Quero que você comece a trabalhar nisso hoje. Mas você só conseguirá fazer isso se realmente se interessar pela tarefa.

AFIRMAÇÃO E EXERCÍCIO

Concentre em sua mente o pensamento de que o “EU” dentro de você está muito vivo e que está vivendo a vida completamente, tanto física quanto mentalmente. E mantenha esse pensamento aqui, auxiliando-o com repetições constantes desse lema. Não deixe que esse pensamento fuja, continue empurrando-o de volta para sua mente. Mantenha-o em frente à visão mental o máximo possível. Repita o lema ao acordar pela manhã – diga-o quando for dormir à noite. E diga-o à hora das refeições, e quando puder durante o dia, pelo menos uma vez por hora. Construa uma imagem mental de você mesmo cheio de vida e energia. E tente viver dessa forma o máximo possível. Ao começar uma tarefa, diga “*eu estou* vivo” e coloque quanta vida puder nesse trabalho. Se por acaso se sentir deprimido, diga “*eu estou* vivo” e então respire fundo algumas vezes, e a cada vez que inspirar tenha em mente o pensamento de que está respirando com força e vida, e, ao expirar, tenha em mente que está eliminando todas as situações velhas, mortas e negativas e está feliz de se livrar delas. Então termine com uma afirmação com determinação e vigor: “*eu estou* vivo”, e seja sincero quando a disser.

Deixe seus pensamentos tomarem a forma de ações. Não se contente meramente dizendo que está vivo, mas prove-o com suas ações. Tenha interesse em fazer as coisas, não passe o dia “gemendo” ou sonhando acordado. Mãos à obra e *viva*.

Capítulo 10

Treinando o hábito da mente

William James, famoso professor e autor de livros sobre psicologia, disse muito bem: "A melhor coisa da educação é fazer de nosso sistema nervoso um aliado em vez de um inimigo. Para tanto, precisamos tornar automáticas e habituais, o mais cedo possível, o maior número de ações úteis que pudermos e evitar cuidadosamente que elas se desenvolvam de maneira que possam ser desvantajosas. Ao adquirir um novo hábito, ou ao abandonar um antigo, devemos tomar cuidado para nos lançar com a iniciativa mais forte e decidida possível. Nunca deixe acontecer uma exceção até que o novo hábito esteja seguramente enraizado em sua vida. Aproveite a primeira oportunidade possível para agir a cada resolução que tomar e a cada estímulo emocional que experimentar, no sentido dos hábitos que você deseja adquirir".

Esse conselho é de alguma forma familiar para todos os estudantes da Ciência Mental, mas afirma a questão de maneira mais simples que a maioria de nós já fez. Ele imprime sobre nós a importância de passar os impulsos adequados para a mente subconsciente, para que eles se tornem automáticos e uma "segunda natureza". Nossa mentalidade subconsciente é um grande depósito de todos os tipos de sugestões dadas por nós mesmos e pelos outros e, como é a "mente do hábito", devemos ter o cuidado de mandar para lá o material adequado, pois ela pode transformá-lo em hábito. Se adquirimos o hábito de fazer certas coisas, podemos ter certeza de que a mentalidade subconsciente tornará fácil para nós fazer sempre a mesma coisa, e cada vez mais fácil, até estarmos firmemente presos às cordas e correntes do hábito, e achar mais ou menos difícil, e às vezes quase impossível, nos livrarmos dessa coisa terrível.

Devemos cultivar bons hábitos mesmo em momentos de necessidade. Chegará o momento em que seremos chamados a dar o melhor de nós, e só depende de nós se esse momento nos encontrará fazendo a coisa adequada automaticamente e quase sem pensar, ou lutando para realizar a tarefa amarrados e presos pelas correntes das coisas que são o oposto daquilo que desejamos.

Devemos ficar sempre alertas para prevenir a formação de hábitos indesejáveis. Pode não haver mal nenhum ao fazer uma coisa hoje, ou talvez de novo amanhã, mas pode existir um grande perigo em estabelecer o *hábito* de fazer determinada coisa. Ao ser confrontada, ela pergunta: "Qual dessas duas coisas eu deveria fazer?", e a melhor resposta é: "Farei aquilo que eu gostaria que se tornasse um hábito em minha vida".

Ao criar um novo hábito, ou se livrar de um antigo, devemos partir para a tarefa com o máximo de entusiasmo, para ganhar o maior terreno possível antes que a energia se acabe ao encontrar a oposição dos hábitos contrários já formados. Devemos começar deixando uma grande impressão na mentalidade subconsciente. Então, devemos ficar constantemente de guarda contra as tentações de desistir da nova resolução "só desta vez". Essa ideia do "só uma vez" acaba com mais resoluções boas que qualquer outra causa. No momento em que você se rende ao "só uma vez", introduz a ponta

da cunha que deixará, no final, sua resolução em pedaços.

Igualmente importante é o fato de que a cada vez que você resiste à tentação, mais forte se torna sua resolução. Aja de acordo com sua resolução o mais rápido e frequentemente possível, a cada manifestação de pensamento em ação, e ela se tornará ainda mais poderosa. Você está conferindo poder à sua resolução original cada vez que a reforçar com uma ação.

A mente já foi comparada a um pedaço de papel que foi dobrado. Após algum tempo, ela tende a dobrar sempre na mesma linha – a não ser que façamos um novo vinco para ser seguido. Os vincos são hábitos – a cada vez que criamos um fica muito mais fácil para a mente se dobrar de acordo com o mesmo vinco dali em diante. Vamos criar nossos vincos mentais no sentido correto.

Capítulo 11

A psicologia da emoção

As pessoas geralmente pensam nas emoções como se fossem independentes do hábito. É fácil pensarmos que alguém adquire os hábitos a partir de uma ação, ou mesmo de um pensamento, mas estamos vendo as emoções como algo conectado ao “sentimento” e muito distante de um esforço intelectual. No entanto, apesar da distinção entre os dois, ambos são amplamente dependentes do hábito, e uma pessoa pode reprimir, aumentar, desenvolver ou mudar suas emoções, assim como pode regular seus hábitos de ação e linhas de pensamento.

É um axioma da psicologia que “as emoções se tornam mais profundas pela repetição”. Se uma pessoa permite um estado de sentimento tomar totalmente controle sobre ela, achará mais fácil se render à mesma emoção pela segunda vez, e assim por diante, até que a emoção ou sentimento em questão se torne uma “segunda natureza” para ela. Se uma emoção indesejável se mostra inclinada a fazer de você uma morada permanente, é melhor começar a trabalhar para se livrar dela, ou pelo menos controlá-la. E o melhor momento para fazê-lo é no começo, já que a repetição faz que o hábito se torne mais firmemente entrincheirado, e a tarefa de desalojá-lo ainda mais difícil.

Você já sentiu inveja? Se a resposta for afirmativa, você lembrará como sua primeira aproximação foi traiçoeira; como ela sussurrou sugestões odiosas em seu ouvido, e como ela prosseguiu com essas sugestões gradualmente até que, finalmente, você começou a ver tudo verde (a inveja possui um efeito sobre a bile, e faz que ela envenene o sangue. É por isso que a cor verde é sempre associada a ela). Então você se lembrará como a coisa pareceu crescer, tomando conta, até que você mal conseguia não se entregar a ela. E na vez seguinte, você achou muito mais fácil sentir inveja. Ela parecia trazer à tona todo o tipo de coisa que aparentemente justificavam suas suspeitas. Tudo começou a ficar verde – o monstro de olhos verdes ficou cada vez mais gordo.

E assim acontece com qualquer sentimento ou emoção. Se você tem um ataque de raiva, vai ver que é mais fácil ficar bravo na próxima vez, e com menos provocações. O hábito de sentir vontade de agir de maneira maldosa e fazê-lo não demora muito para se instalar em sua nova casa quando é encorajado. A preocupação é um ótimo hábito para crescer e ficar cada vez mais gordo. As pessoas começam a se preocupar com as grandes coisas, e então começam a se preocupar e afligir com algo menor. E então as preocupações mais meramente insignificantes começam a atormentá-las. Elas imaginam que toda a sorte de coisas más está prestes a acontecer. Se vão viajar, têm certeza de que haverá um acidente. Se um telegrama chega, com certeza contém informações terríveis. Se uma criança está quieta demais, a mãe preocupada não tem dúvida de que ela vai ficar doente e morrer. Se o marido parece pensativo, como se estivesse remoendo algum plano de negócios em sua cabeça, então a boa esposa fica convencida de que ele não a ama mais, e se entrega a um choro sem fim. E assim por diante – preocupação, preocupação, preocupação –, e cada indulgência faz que o hábito se sinta ainda mais em casa. Após um tempo, o pensamento continuado se coloca em ação. Além de a

mente estar envenenada por pensamentos tristes, a testa também mostra linhas profundas entre as sobrancelhas, e a voz assume aquele tom reclamão e irritante tão comum entre as pessoas com um fardo de preocupações.

A condição da mente conhecida como "encontradora de defeitos" é outra emoção que cresce e engorda com o exercício. No começo, o defeito pode ser encontrado em uma coisa, e então em outra e, por fim, em tudo. A pessoa se transforma em uma "resmungona" crônica – um fardo para amigos e parentes, e alguém a ser evitado por pessoas de fora. As mulheres são as melhores resmungonas. E não é por que os homens são melhores de alguma forma, mas simplesmente porque um homem resmungão pode ter o hábito arrancado por outros homens que não conseguem suportar esse contrassenso – e então ele acha que está dificultando as coisas demais para si e muda, enquanto que uma mulher tem maiores chances de ceder ao hábito. Mas essa reclamação é tudo uma questão de hábito. Ele começa pequeno, e a cada vez em que é aceito finca outra raiz ou lança outro galho, e se apressa para se tornar cada vez mais próximo de quem lhe deu o solo para brotar.

A inveja, a falta de caridade e a fofoca são todos hábitos desse tipo. As sementes estão no peito de cada pessoa, e eles só precisam de um solo bom e um pouco de água para se tornarem robustos e fortes.

A cada vez que você abre caminho para essas emoções negativas, mais fácil se torna a recaída para os mesmos sentimentos ou similares. Às vezes, ao encorajar uma emoção indigna, você verá que deu espaço para o crescimento de uma família inteira dessas ervas daninhas mentais.

Não se trata de um velho discurso ortodoxo contra o pecado dos maus pensamentos. É meramente um chamado da sua atenção para a lei subjacente à psicologia da emoção. Não há nada de novo nisso – é tão velho quanto as montanhas –, mas é tão antigo que muitos de nós se esqueceram completamente.

Se você deseja manifestar essas características constantemente desagradáveis e sofrer a infelicidade que vem delas, simplesmente o faça – o problema e o privilégio são só seus. Eu não tenho nada que ver com isso e não estou fazendo um sermão – tomar conta de minhas coisas e ficar de olho em hábitos e ações indesejáveis preenche meu dia. Estou meramente falando sobre a lei relacionada à questão, e o resto fica por sua conta. Mas se você quiser acabar com esses hábitos, há dois caminhos abertos. Primeiro, sempre que se encontrar sendo indulgente com um pensamento ou sentimento negativo, retome o controle e diga com firmeza e vigor: "Saia daqui!". Ele não vai gostar no começo, e vai tentar fugir das rédeas, curvar as costas e rosnar como um gato zangado. Mas não se importe – diga "Saia!". Na próxima vez, ele não estará tão confiante nem tão agressivo – e até manifestará um pouco do hábito do medo. Cada vez que você reprimir e sufocar uma tendência desse tipo, mais fraca ela se tornará, e mais forte você será.

O professor James diz: "Recuse-se a expressar uma paixão, e ela morrerá. Conte até dez antes de soltar sua raiva, e a ocasião parecerá ridícula". Assobiar para se manter corajoso não é meramente uma figura de linguagem. Por outro lado, passe o dia sentado em uma postura lastimosa, suspire e responda a tudo com uma voz abatida, e a melancolia não vai embora. Não há preceito mais valioso na educação moral que este, e todos que já passaram por isso sabem: se desejamos conquistar as tendências emocionais em nós mesmos, antes de tudo precisamos seguir uma direção totalmente contrária – assiduamente e a sangue frio – a todas as disposições que preferíamos cultivar.

Suavize sua expressão, deixe que seus olhos brilhem, concentre-se no aspecto dorsal e não ventral de sua estrutura, e fale em um tom mais alto e cumprimente alguém com um sorriso, e seu coração deve ser frígido se não começar a descongelar.

Capítulo 12

O desenvolvimento de novos neurônios

Já falei do plano de se livrar de estados indesejáveis de sentimento e acabar com eles. Entretanto, existe uma maneira muito melhor de cultivar um sentimento – ou uma emoção – diretamente oposto àquele que você deseja erradicar.

Somos muito aptos a nos considerar criaturas de emoções e sentimentos, e de apreciar o fato de que esses sentimentos e essas emoções somos "nós". Mas isso está muito longe de ser verdade. É real que a maioria das raças é escrava de seus sentimentos e emoções, e governadas por eles a um alto grau. Elas acham que os sentimentos são coisas que mandam nas pessoas e das quais elas não conseguem se livrar, então desistem de se rebelar. Elas se rendem ao sentimento sem questionar, apesar de saberem que a emoção ou característica mental foi calculada para prejudicá-las, e trazer infelicidade e fracasso em vez de felicidade e sucesso. Elas dizem "somos feitas assim", e seguem em frente dessa maneira.

A nova Psicologia está ensinando coisas melhores às pessoas. A Psicologia diz que elas são mestres de suas emoções e sentimentos, e não seus escravos. Ela diz que neurônios podem ser desenvolvidos para se manifestar de uma maneira mais desejável, e que os neurônios antigos que têm se manifestado de maneira tão desagradável podem ser aposentados e sofrer de atrofia por falta de uso. As pessoas podem se reformular e mudar sua natureza como um todo. Não se trata apenas de uma teoria inútil, mas algo que está acontecendo e que já foi demonstrado por milhares de pessoas – e que está chamando cada vez mais a atenção.

Não importa qual a nossa teoria sobre a mente favorita: precisamos admitir que o cérebro é um órgão e instrumento da mente – pelo menos em nosso estado atual de existência – e que deve ser considerado nessa questão. O cérebro é como um maravilhoso instrumento musical e tem milhões de notas, com as quais podemos tocar combinações inumeráveis de sons. Viemos ao mundo com certas tendências, temperamentos e predisposições e podemos atribuí-los à hereditariedade, ou às teorias de preexistência, mas o fato permanece o mesmo. Certas notas parecem responder a nosso toque mais facilmente que outras. Algumas notas parecem soar mais forte quando a corrente de circunstâncias passa pelas cordas. E outras notas não são vibradas facilmente. Mas achamos que se fizermos um esforço para restringir a expressão de algumas dessas notas facilmente reverberadas, elas produzirão menos som e estarão menos sujeitas à brisa passageira. E se prestarmos atenção a outras cordas que não têm produzido um tom muito claro, logo as deixaremos em boa forma; suas notas soarão claras e vibrantes e afogarão os sons menos agradáveis.

Temos milhões de neurônios não usados esperando por desenvolvimento. Usamos poucos deles, e utilizamos alguns de maneira exaustiva. Usando outras células, poderíamos dar um pouco de sossego a eles. O cérebro pode ser treinado e desenvolvido de um jeito que pode parecer incrível para quem não conhece o assunto. As atitudes mentais podem ser adquiridas e desenvolvidas, transformadas e

descartadas, só depende da vontade. Não existe mais uma desculpa para pessoas que manifestam estados mentais desagradáveis e prejudiciais. O remédio está em nossas mãos.

Adquirimos hábitos de pensamento, sentimento, ação e uso repetido. Podemos nascer com uma tendência para certa direção, ou podemos adquirir as tendências pela sugestão de outra pessoa; esses são os exemplos das pessoas à nossa volta, de leituras e das palavras dos professores. Somos um pacote de hábitos mentais. A cada vez que toleramos um pensamento ou hábito indesejado, mais fácil se torna sua repetição.

Os cientistas que estudam a mente têm o hábito de se referir aos pensamentos ou às atitudes mentais desejáveis como “positivos”, e aos indesejáveis como “negativos”. Há uma boa razão para isso. A mente instintivamente reconhece certas coisas como boas para o indivíduo ao qual elas pertencem, e libera o caminho para esses pensamentos, impondo a menor resistência possível a eles. Eles têm um efeito muito maior que um pensamento indesejável, e um pensamento positivo pode combater vários negativos. A melhor maneira de superar pensamentos e sentimentos indesejáveis ou negativos é cultivar os positivos. O pensamento positivo é a planta mais forte, e com o tempo acabará com o negativo ao privá-lo do sustento necessário para sua existência.

É claro que o pensamento negativo vai impor uma resistência vigorosa a princípio, já que se trata de uma questão de vida ou morte. Como a gíria de hoje diz, ele “vê seu fim” se um pensamento positivo consegue crescer e se desenvolver; e, consequentemente, torna as coisas ainda mais desagradáveis para o indivíduo até que ele consiga fazer progressos para matá-lo de fome. Os neurônios não gostam de ser deixados na prateleira, assim como qualquer outra forma de energia viva, e se rebelam e lutam até que se tornam fracos demais para continuar. A melhor pedida é prestar o mínimo de atenção possível a essas ervas daninhas da mente, mas empregar o máximo tempo possível regando e cuidado das novas e belas plantas do jardim da mente.

Por exemplo, se você odeia alguém, a melhor maneira de superar esse pensamento negativo é cultivar o amor em seu lugar. Pense no amor e manifeste-o o máximo possível. Cultive pensamentos de gentileza, e seja o mais gentil que puder com todo mundo que encontrar. Não será fácil no começo, mas gradualmente o amor controlará o ódio, e o último começará a se abater e definhar. Se você tem uma tendência à tristeza, cultive um sorriso, e uma visão mais animada das coisas. Insista naquele sorriso de orelha a orelha e faça um esforço para ver o melhor lado de tudo. É claro que os “demônios da tristeza” vão querer brigar, mas não preste atenção a eles – simplesmente continue cultivando o otimismo e a animação. Deixe que “Radiante, Animado e Feliz” seja seu lema, *e tente agir de acordo com ele*.

Essas dicas podem parecer antigas e batidas, mas são verdades psicológicas que podem ser usadas em sua própria vantagem. Uma vez que você compreende a natureza de algo, as afirmações e autossugestões de várias escolas podem ser compreendidas e utilizadas. Com esse método, você pode se tornar uma pessoa energética em vez de preguiçosa e ativa em vez de ociosa. É tudo uma questão de prática e trabalho contínuo. Os seguidores do Novo Pensamento muitas vezes têm muito a dizer sobre “manter o pensamento” e, na verdade, é necessário “segurar o pensamento” para conseguir atingir os resultados. Mas uma coisa a mais é necessária. Você precisa manifestar o pensamento até que ele se torne um hábito fixo. Os pensamentos tomam sua forma em ação e, por sua vez, as ações influenciam o pensamento. Então, ao manifestar algumas linhas de pensamento, as ações reagem sobre a mente, e aumentam o desenvolvimento da porção do cérebro intimamente ligada à ação. A cada vez que a mente produz um pensamento, mais fácil se torna a ação resultante – e a cada vez que uma ação é realizada, mas fácil se torna o pensamento correspondente. Então, você pode ver que se trata de uma via de mão dupla – ação e reação. Se você ficar animado e feliz, rir é muito natural. E se você rir um pouquinho, vai começar a se sentir radiante e animado. Você vê aonde quero chegar? Aqui está, em poucas palavras: se você deseja cultivar certo hábito ou ação, comece cultivando a

atitude mental correspondente. E ao cultivar essa atitude mental, comece a manifestá-la com ações correspondentes ao pensamento. Agora veja se você não consegue aplicar essa regra. Pegue algo que você realmente sente que devia ser feito, mas que não tem a menor vontade de fazer. Cultive o pensamento que leva a essa ação – e diga para si mesmo: “eu gosto de fazer tal e tal coisa” – e então comece a agir (com animação, não se esqueça!) junto ao pensamento de que você gosta de fazer tal coisa. Interesse-se por aquilo que está fazendo, estude a melhor maneira de fazê-lo, coloque seu cérebro para funcionar, tenha orgulho disso e você se encontrará fazendo tal atividade com uma quantidade considerável de prazer e interesse – ou seja, você terá cultivado um novo hábito.

Se você preferir tentar esse método em alguma característica mental da qual gostaria de se livrar, funcionará da mesma maneira. Comece cultivando uma característica oposta, e pense e aja com toda a força. Então, veja a mudança que se instalará em você. Não se sinta desencorajado pela resistência que encontrará no começo – em vez disso, cante com alegria “eu posso e vou conseguir”, e se dedique a isso com todo o coração. O mais importante é se manter animado e interessado. Se você conseguir fazer isso, o resto será fácil.

Capítulo 13

O poder de atração – a força do desejo

Já discutimos a necessidade de se livrar do medo, e que esse desejo deve ter força total para funcionar. Imaginando que você já dominou essa parte da tarefa, ou pelo menos está no começo do caminho para seu domínio, vou chamar a atenção para outra ramificação importante do assunto. Refiro-me ao assunto da dispersão mental. Não, não estou falando da “dispersão” de quem não consegue manter segredo – isso também é importante, mas já é outra história. O vazamento ao qual me refiro é aquele causado pelo hábito de ter sua atenção atraída ou distraída por cada desejo passageiro.

Para obter algo é preciso que a mente se apaixone pelo objeto de desejo, e esteja consciente de sua existência quase a ponto de excluir qualquer outra coisa. Você precisa se apaixonar por aquilo que deseja conquistar assim como se estivesse prestes a encontrar a mulher ou homem com quem deseja se casar. Não quero dizer que você deveria se tornar um monomaníaco pelo assunto, nem perder o interesse por qualquer outra coisa no mundo – isso não vai funcionar, já que a mente precisa de recreação e mudanças. Mas afirmo que é preciso estar concentrado na coisa desejada a ponto de todo o resto adquirir uma importância secundária. Um homem apaixonado pode ser agradável com todo mundo e passar pelas obrigações e prazeres da vida com um bom espírito, mas por trás disso tudo ele estará pensando em “apenas uma garota”, e cada uma de suas ações estará voltada para conseguir aquela garota e montar um lar confortável para ela. Você entende o que digo? Você precisa se apaixonar por aquilo que deseja, e com honestidade – nada dessa paquera de hoje, desse tipo de amor “hoje juntos, amanhã separados”, mas o bom amor à moda antiga, que tornava impossível um rapaz conseguir dormir até que ele desse uma volta perto da casa de sua namorada, e tivesse certeza de que ela ainda estava lá. Esse é o amor verdadeiro!

E o homem ou mulher em busca do sucesso tem de transformar seu objeto de desejo em sua paixão predominante – e precisamos manter isso em mente nos momentos decisivos. O sucesso é invejoso – por isso, usamos uma palavra feminina[1] para nos referir a ele. Ele requer toda a afeição de um homem, e se ele começa a flertar com outros objetivos charmosos, ele logo vira as costas. Se um homem permite que seu maior interesse fique de lado em um momento decisivo, se torna um fracassado. Você precisa dar àquilo que deseja seu melhor pensamento – e o mais sincero. Assim como o homem que está completamente apaixonado pensa em planos e esquemas para agradar sua amada, o homem que está apaixonado por seu trabalho ou seu negócio deve dedicar a ele seu melhor pensamento, e como resultado aqueles cento e um planos irão para seu campo de consciência, e muitos deles são importantes. Lembre-se de que a mente trabalha no plano subconsciente, e quase sempre sob a influência da paixão ou do desejo predominante. Ela consertará as coisas, e juntará planos e esquemas, e no momento em que você mais precisar, eles aparecerão do nada em sua consciência, e você terá vontade de comemorar, como se tivesse recebido alguma ajuda externa

valiosa.

No entanto, se você dispersa sua força de pensamento, a mente subconsciente não saberá como agradá-lo, e como resultado você não a terá mais como fonte de ajuda e assistência. Além disso, você perderá o resultado poderoso do pensamento concentrado e consciente que estabelece os detalhes de seus planos. E, mais uma vez, o homem cuja mente é cheia de dezenas de interesses fracassa ao exercer o poder de atração que é manifestado pelo homem com uma única paixão predominante, e assim fracassa ao atrair para si pessoas, coisas e resultados que poderiam ajudá-lo a levar seus planos a cabo, e também ao se colocar na corrente da atração, onde poderia entrar em contato com pessoas que adorariam auxiliá-lo, uma vez que possuem interesses comuns.

Já percebi por conta própria que quando me permiti me interessar por algo a mais que minha linha de trabalho usual, bastou pouco tempo para que minhas contas aumentassem, e meu negócio desse sinais de falta de vitalidade. Muitos podem dizer que isso acontece porque deixei de fazer algumas coisas que teria feito se minha mente estivesse concentrada nos negócios. É verdade; mas já vi resultados semelhantes em casos em que não havia nada a ser *feito* – casos nos quais a semente já estava plantada, e a planta só aguardava. Em situações assim, no momento em que dirigi meu pensamento para a questão, a semente começou a brotar. Não quero dizer que tive de enviar grandes ondas mentais com a ideia de afetar as pessoas – nem um pouco. Eu simplesmente comecei a perceber que coisa boa eu tinha em mãos, e quantas pessoas a queriam, e como elas ficariam felizes ao saber mais a respeito desse tipo de coisa e, oh!, meu pensamento parecia vitalizar o trabalho, e a semente começou a brotar. Isso não é ilusão, já que passei por essa experiência várias vezes; já falei com muitas pessoas sobre o assunto, e descobri que nossas experiências são perfeitamente correspondentes. Então, não adquira o hábito de deixar se levar por essas dispersões mentais. Mantenha seu desejo jovem e ativo, e deixe-o fazer seu trabalho sem a interferência de outros desejos conflitantes. Continue apaixonado por aquilo que deseja obter – alimente sua paixão –, visualize-o já conquistado, e mantenha sua única e predominante paixão forte e vigorosa. Não seja um polígamo louco – um amor mental é tudo que um homem precisa – quer dizer, *um por vez*.

Alguns cientistas afirmam que essa coisa chamada *amor* está na base da vida como um todo. Eles alegam que o amor da planta pela água faz que mande suas raízes para baixo até que a coisa amada seja encontrada. Eles dizem que o amor da flor pelo sol faz que ela cresça longe dos locais escuros, para que possa receber a luz. As chamadas “afinidades químicas” realmente são uma forma de amor. E o desejo é a manifestação desse amor da Vida Universal. Não estou usando uma mera figura de linguagem ao dizer que você precisa amar aquilo que deseja obter. Nada, a não ser um amor intenso permitirá que você supere os muitos obstáculos em seu caminho. Nada, a não ser o amor permitirá que você aguente os fardos de sua tarefa. Quanto mais você tem desejo por algo, mais você o ama; e quanto mais o amar, maior será a força de atração exercida no sentido de sua conquista – tanto dentro quanto fora de você.

Então, ame só uma coisa por vez – não seja um mórmon maluco.

No inglês, *success* é uma palavra feminina. (Nota da tradutora).

Capítulo 14

As grandes forças dinâmicas

V*ocê* já notou a diferença entre os homens fortes e de sucesso em qualquer momento da vida, e os homens fracos e fracassados ao redor deles. Você tem consciência das características muito diferentes dos dois tipos, mas por alguma razão acha difícil dizer onde a diferença está realmente. Vamos analisar o assunto.

Burton disse: "Quanto mais vivo, mais tenho certeza de que a grande diferença entre os homens, os débeis e os poderosos, os grandes e os insignificantes, é a energia e a determinação invencível – uma proposta já estabelecida e então a morte ou a vitória. Essa qualidade fará qualquer coisa que possa ser feita neste mundo – e não há talento, nem circunstância ou oportunidade que fará de uma criatura com duas pernas um homem sem ela". Não sei como a ideia poderia ser expressada de maneira mais clara que a fala de Burton. Ele tocou o ponto central do assunto – seus olhos verão seu coração.

Energia e determinação invencível – essas duas coisas destruirão barreiras poderosas, e superarão os maiores obstáculos. E, no entanto, elas devem ser usadas juntas. Sem determinação, a energia irá para o lixo. Muitos homens têm energia mais que o suficiente – chegam a transbordar com ela e, no entanto, falta-lhes concentração, falta-lhes a força concentrada que permite que levem seu poder para o local exato. A energia não é nem um pouco tão rara quanto muitos imaginam. Posso olhar a meu redor a qualquer momento e escolher um número de pessoas que já sei que são cheias de energia – muitas até têm energia demais – e, mesmo assim, não parecem ir a lugar nenhum. Estão perdendo sua energia o tempo todo. No entanto, elas estão brincando com isso – e não interferindo. Essas pessoas elegem qualquer coisa insignificante ou que não tenha nenhum interesse real nem importância, e perdem energia o bastante e força nervosa para carregá-la por um dia inteiro de trabalho pesado, e mesmo quando terminam, nada parece ter sido realizado.

Outros têm energia suficiente e fracassam ao direcioná-la com o poder da vontade para o objetivo desejado. "Determinação invencível" – essas são as palavras. Elas não o emocionam com seu poder? Se você tem algo a fazer, coloque a mão na massa e faça. Guie sua energia, e então a direcione com sua vontade; aplique a "determinação invencível" e assim vai conseguir o que quer.

Todos têm dentro de si uma enorme vontade, mas a maioria de nós é preguiçosa demais para usá-la. Não podemos nos afligir a ponto de dizer, sinceramente, "eu vou fazer isso". Se a única coisa a fazer é extirpar a coragem a esse ponto, e então a colocar em um lugar do qual não sairá, então podemos chamar para a tarefa esse poder maravilhoso – a Vontade Humana. O homem, via de regra, possui a concepção mais fraca do poder da vontade, mas aqueles que estudaram de acordo com os ensinamentos ocultos sabem que a vontade é uma das maiores forças dinâmicas do universo, e uma vez controlada e dirigida adequadamente pode ser capaz de conquistar coisas quase milagrosas.

"Energia e determinação invencível" – não são palavras magníficas? Guarde-as em sua memória – pressione-as como um molde contra a cera de sua mente, e elas serão uma inspiração constante em

momentos de necessidade. Se você conseguir que essas palavras vibrem em seu ser, se tornará um gigante entre pigmeus. Diga essas palavras sempre, e verá como se sentirá cheio de vida – veja como seu sangue circulará, como seus nervos formigarão. Faça dessas palavras parte de você mesmo e então vá em frente mais uma vez na batalha da vida, encorajado e fortalecido. Coloque-as em prática. “Energia e determinação invencível” – deixe que esse seja seu lema para a vida diária, e você se tornará um daqueles raros homens que são capazes de “fazer coisas”.

Muitas pessoas se detêm em fazer o melhor que podem pelo fato de se menosprezarem em relação às pessoas de sucesso, ou mesmo superestimar os bem-sucedidos em comparação a si próprios.

Uma das coisas curiosas percebida por pessoas que entram em contato com aquelas que “chegaram lá” é o fato de se dar conta de que essas pessoas bem-sucedidas não são extraordinárias. Você conhece um grande escritor e fica desapontado ao perceber que é uma pessoa comum. Ele não tem uma conversa brilhante e, na verdade, você conhece inúmeras pessoas comuns que parecem muito mais brilhantes que esse homem que o deslumbra com o brilhantismo de seus livros. Você conhece um grande estadista, e ele não parece nem um pouco tão sábio quanto os idosos de seu próprio vilarejo, que perdem sua sabedoria no ar do deserto. Você conhece um grande capitão da indústria, e ele não lhe dá aquela impressão de astúcia tão marcante naquele negociante pechinchador de sua própria cidade. Como isso pode acontecer? As reputações dessas pessoas são fictícias, ou qual é o problema?

O problema é este: você imaginava que essas pessoas fossem feitas de um metal superior, e fica desapontado ao descobrir que elas são feitas da mesma coisa que você e aqueles que o rodeiam. Mas, você pode perguntar, de onde vêm sua grandeza ou suas façanhas? Principalmente, disto: eles acreditam neles mesmos e em seu poder inerente, em sua capacidade de se concentrar no trabalho à mão, quando estão trabalhando, e sua habilidade para prevenir dispersão de força quando não estão trabalhando. Eles acreditam neles mesmos, e fazem que cada esforço conte. Os sábios de seu vilarejo derramam sabedoria em cada esquina, e falam com um monte de tolos; se eles fossem sábios de verdade, guardariam seus ensinamentos e os profeririam onde servissem para alguma coisa. O escritor brilhante não perde sua destreza a cada esquina; na verdade, ele fecha a gaveta em que sua destreza está guardada, e a abre apenas quando está pronto para se concentrar e ir direto ao trabalho. O capitão da indústria não quer impressioná-lo com sua astúcia e esperteza. Ele nunca quis, mesmo quando era jovem. Enquanto seus colegas falavam e se gabavam, esse financiador bem-sucedido “escondia o ouro”.

As grandes pessoas do mundo – ou seja, aqueles que “chegaram lá” – não são muito diferentes de você, ou de mim, ou do resto de nós – todos nós somos basicamente os mesmos. Mas você tem que conhecê-los para ver como são “comuns”. Mas não se esqueça do fato de que eles sabem usar seu próprio material, enquanto que o resto de nós não sabe e, na verdade, fica em dúvida quando se trata de uma habilidade real. O homem ou a mulher que “chega lá” geralmente começa percebendo que ele ou ela não é muito diferente das pessoas bem-sucedidas das quais tanto ouvem falar. Isso lhes dá confiança, e como resultado percebem que são capazes de “fazer coisas”. Então eles aprendem a manter suas bocas fechadas, e evitar perder e dissipar sua energia. Elas guardam energia, e a concentram na tarefa à mão, enquanto que seus colegas mandam sua energia em todas as direções, tentando se destacar e mostrar para as pessoas como eles são espertos. O homem ou a mulher que “chega lá” prefere aguardar o aplauso que segue o feito realizado, e se importa muito pouco com os elogios que correspondem a promessas de algo que esperamos fazer “algum dia”, ou considerado uma exibição de “esperteza” sem trabalho.

Uma das razões pelas quais as pessoas que se relacionam com homens bem-sucedidos muitas vezes se tornam bem-sucedidas é porque conseguem observar o homem de sucesso e meio que “sacar o truque” de sua grandeza. Elas veem que ele é um homem comum, mas que acredita piamente em si

mesmo, e que também não perde energia, mas guarda todas as suas forças para as tarefas diante dele. E, ao se beneficiarem de um exemplo, elas começam a trabalhar e colocar a lição em prática em suas próprias vidas.

Agora, qual é a moral dessa conversa. É simples: não se subestime, nem superestime os outros. Perceba que você é feito de um ótimo material, e que há muitas coisas boas guardadas em sua mente. Então, mãos à obra e desdobre essas coisas boas, transforme esse material ótimo em alguma coisa. Faça isso prestando atenção às coisas à sua volta, dando o melhor que existe em você, sabendo que há muito mais coisas boas em você prontas para as tarefas que ainda estão por vir. Dê o melhor de si na tarefa à mão, e não trapaceie a tarefa presente em favor de algum objetivo futuro. Seu suprimento é inesgotável. E não jogue fora suas coisas boas na multidão de chatos, observadores e críticos que só ficam sentados olhando você trabalhar. Guarde suas coisas boas para seu trabalho, e não tenha muita pressa em receber aplausos. Guarde seus bons pensamentos para “copiar” se for um escritor; guarde seus planos brilhantes para a prática propriamente dita, se for um homem de negócios; guarde sua sabedoria para a ocasião certa, se for um estadista e, em cada caso, evite o desejo de jogar suas pérolas diante de uma multidão irritante que quer ser entretida por um show gratuito.

Talvez não haja nada de “sofisticado” nesse ensinamento, mas é o que muitos de vocês precisam – e muito. Pare de brincar e mãos à obra. Pare de jogar fora essa ótima matéria-prima, e comece a trabalhar para fazer algo valer a pena.

Capítulo 15

Reivindicar o que é seu

Em uma conversa recente, eu dizia a uma mulher para reunir sua coragem e ir em busca de uma coisa boa em particular que ela cobiçava há muitos anos, e que, finalmente, parecia estar em vista. Eu disse que parecia que seu desejo estava prestes a ser concedido – que a Lei da Atração estava trazendo-o para ela. Mas ela não tinha fé, e insistia em repetir “Oh, isso é bom demais para ser verdade – é bom demais para *mim*!” Ela ainda não havia emergido de seu estado de “minhoca do pó” e, apesar de conseguir ver a Terra Prometida, se recusava a entrar nela porque era “*bom* demais para ela”. Acho que consegui colocar energia suficiente na mulher para que reivindicasse o que era dela, já que as últimas notícias indicam que ela já tomou posse do que queria.

Mas não é isso que quero contar. Quero chamar sua atenção para o fato de que nada é bom demais para *você* – não importa a grandeza da coisa, e não importando como você pode não parecer merecedor. Você tem direito a tudo de melhor que existe, é sua herança direta. Então, não tenha medo de pedir – exigir – e pegar. As coisas boas do mundo não pertencem a alguns filhos favorecidos. Elas pertencem a todos, mas chegam apenas para aqueles sábios o bastante para reconhecer que as coisas boas são suas por direito, e aqueles corajosos o bastante para tentar obtê-las. Muitas coisas boas são perdidas porque ninguém as pede. Você perde muitas coisas esplêndidas porque você não se sente digno delas. Você perde muitas coisas maravilhosas porque não tem a confiança e a coragem de exigi-las e tomar posse delas.

“Somente os bravos merecem o que é justo”, diz o provérbio, e a regra é verdadeira em todas as linhas de esforço humano. Se você continuar repetindo que não é digno de uma coisa boa – que algo é bom demais para você –, a Lei acreditará naquilo que você diz. Trata-se de algo peculiar sobre a Lei – ela acredita naquilo que você diz, e acha que você é sincero. Então, tome cuidado com o que diz a ela, ou ela lhe dará crédito. Diga a ela que você é digno do melhor que existe, e que não há nada bom demais para você, e provavelmente a Lei perceberá que você foi sincero e dirá “Acho que ele está certo; vou lhe dar uma padaria completa se é isso que ele quer – ele conhece seus direitos, e por que eu tentaria negá-los a ele?” Mas se você diz “Oh, isso é bom demais para *mim*!”, a Lei provavelmente dirá “Bem, eu não poderia imaginar, mas ele deve estar certo. Ele deve saber, e não sou eu quem vai contradizê-lo”. E assim por diante.

Por que alguma coisa seria boa demais para você? Você já parou para pensar exatamente o que é? Você é uma manifestação da Coisa Completa, e tem perfeito direito a tudo que existe. Ou, se preferir, você é um filho do Infinito, e herdeiro de tudo que ele tem. As duas afirmações são verdadeiras. Em qualquer nível, não importa o que você peça, você estará apenas exigindo o que é seu. E quanto mais sincero for ao exigi-lo, mais confiança terá em recebê-lo – quanto mais você lutar por ele, mais certeza terá de consegui-lo.

O desejo forte, a expectativa confiante, a coragem em ação: essas coisas lhe trazem aquilo que lhe

pertence. Mas antes de colocar essas forças em ação, você precisa perceber que está meramente pedindo aquilo que é seu, e não algo sobre o qual não tem direito ou título. Enquanto houver em sua mente o menor restinho de dúvida a respeito do direito sobre as coisas que deseja, você imporá uma resistência à operação da Lei. Você pode exigir com tanto vigor quanto desejar, mas não terá a coragem de agir se restar uma dúvida sobre seu direito sobre aquilo que quer. Se você insistir em ver a coisa desejada como se pertencesse a outra pessoa, e não a você, se tornará um homem avarento ou invejoso, ou mesmo um ladrão tentado agir. Nesse caso, sua mente se revoltará com os acontecimentos, já que instintivamente se afastará da ideia de pegar aquilo que não é seu – a mente é honesta. Mas, ao perceber que o melhor do Universo tem você como Herdeiro Divino, e que há o bastante para que ninguém precise roubar os outros, então a tensão acaba, a barreira se quebra e a Lei faz seu trabalho.

Não acredito nessa coisa de "humildade". Essa atitude submissa e inferior não me apetece – e não faz sentido de jeito nenhum. Que ideia de fazer de certas coisas uma virtude, quando o homem é o Herdeiro do Universo, e tem direito sobre qualquer coisa que precise para seu crescimento, felicidade e satisfação! Não acho que todos deveriam assumir uma atitude mental fanfarrona ou tirânica – isso também é absurdo, já que a verdadeira força não se exibe. O fanfarrão é um fraco confesso – ele é falastrão para disfarçar sua fraqueza. O homem verdadeiramente forte é calmo, e carrega consigo a consciência da força que faz que não precise exibir e ser espalhafatoso com uma suposta força. Mas fuja desse hipnotismo da "humildade" – essa atitude mental submissa e inferior. Lembre-se do terrível exemplo de Uriah Heep[1], e cuidado para não imitá-lo. Jogue sua cabeça para trás e olhe o mundo nos olhos. Não há nada a temer – o mundo é que deve ter medo de você, como o grito o teme. Seja um homem, ou uma mulher, e não uma criatura rastejante. E isso se aplica à sua atitude mental, assim como ao seu comportamento externo. Pare de rastejar em sua mente. Veja-se ereto e encarando a vida sem medo, e gradualmente você se tornará seu ideal.

Não há nada bom demais para você – nada mesmo. O melhor que existe não está nem perto de ser bom demais o bastante para você; ainda há coisas melhores por vir. O melhor presente que o mundo tem a oferecer é uma mera ninharia comparada às grandes coisas no Cosmos que esperam pelo momento certo em sua vida. Então, não tenha medo de buscar esses brinquedos na vida – essas ninharias desse plano de consciência. Vá em busca deles, agarre um punhado e brinque com eles até se cansar; eles foram feitos para isso. Eles são feitos para seu uso expresso – não são para serem olhados, mas para brincar, se você desejar. Sirva-se – há uma loja cheia desses brinquedos esperando por seu desejo, sua exigência e posse. Não se acanhe! Não quero mais ouvir essa conversa tola sobre as coisas sendo boas demais para você. Ora essa! Você parece o filhinho do Imperador que acha que os soldados de chumbo e o tambor de brinquedo eram bom demais para ele, e ele se recusou a querer brincar com eles. No entanto, você não encontra esse problema entre crianças, via de regra. Elas reconhecem instintivamente que nada é bom demais para elas. Elas querem tudo que está à vista para brincar, e parecem sentir que as coisas lhes pertencem por direito. E essa é a condição da mente que nós, buscadores da Aventura Divina, devemos cultivar. A não ser que nos tornemos criancinhas, não podemos entrar no Reino dos Céus.

As coisas que vemos a nosso redor são os brinquedos do Jardim da Infância de Deus, e que podemos usar em nossas brincadeiras-tarefas. Sirva-se – peça-os sem timidez e exija quantos puder usar – são todos seus. E se não encontrar exatamente aquilo que quer, peça – há um grande estoque nas prateleiras e armários. Brinque, brinque, brinque o quanto seu coração mandar. Aprenda a fiar tapetes, a construir casas com blocos, a bordar nos quadrados – jogue o jogo inteiro, e jogue bem. E exija todos os materiais adequados para a brincadeira – não tenha vergonha –, há o bastante para todos.

Mas – lembre-se disto! Isso tudo pode ser verdade, mas as melhores coisas ainda são apenas coisas

para brincar: brinquedos, blocos, tapetes, cubos e todo o resto. Úteis, muito úteis para aprender a lição; agradáveis, muito agradáveis de brincar; e desejáveis, muito desejáveis para essas propostas. Beneficie-se dessas coisas e divirta-se com elas o quanto puder. Entre de cabeça na brincadeira, e jogue mesmo – é bom. Mas há algo que deve ser lembrado: nunca perca de vista o fato de que são coisas boas, mas coisas para brincar – fazem parte do jogo, e você precisa concordar plenamente em deixá-las de lado quando chegar o momento de passar para a próxima aula, e não chorar nem se lamentar por ter deixado seus brinquedos para trás. Não se permita ficar apegado demais a eles – eles servem para seu uso e prazer, mas não fazem parte de você, nem são essenciais para sua felicidade no próximo estágio. Despreze-os não por causa de sua falta de Realidade – eles são coisas maravilhosas relativamente, e você pode ter obtido toda a diversão possível com eles –, mas não seja um puritano espiritual, ficando de lado e se recusando a entrar na brincadeira. Não se amarre a eles – eles são bons para usar e brincar, mas não bons o bastante para usar *você* e fazer de *você* um brinquedo. Não deixe os brinquedos virarem a mesa contra você.

Essa é a diferença entre controlar as circunstâncias e ser escravo das circunstâncias. O escravo pensa que esses brinquedos são reais, e que não é bom o bastante para tê-los. Ele consegue apenas alguns brinquedos, pois tem medo de pedir mais, e perde a maior parte da diversão. E então, considerando que os brinquedos sejam reais, e não percebendo que há muito mais de onde eles vieram, ele se apega às pequenas bugigangas que vieram em sua direção, e se permite se tornar seu escravo. Ele teme que as levem para longe e tem medo de engatinhar pela sala para pegar outras. O Mestre sabe que todas lhe pertencem. Ele exige aquilo que precisa dia após dia, e não se preocupa em ter demais, já que sabe que há "muito mais", e que não pode ser enganado. Ele brinca e brinca bem, e se diverte na brincadeira – e, enquanto isso, aprende suas lições do Jardim de Infância. Mas ele não fica apegado demais aos brinquedos. Ele está disposto a jogar longe os brinquedos mais usados e pegar um novo. E quando ele é chamado na sala ao lado para "passar de ano", joga no chão os brinquedos usados do dia, e com os olhos brilhantes e uma atitude mental confiante, marcha em direção à sala ao lado – em direção ao Grande Desconhecido – com um sorriso no rosto. Ele não tem medo, já que ouve a voz da professora e sabe que ela espera por ele – na próxima grande sala.

Personagem do romance *David Copperfield*, de Charles Dickens. Uriah Heep é um velhaco que disfarça suas verdadeiras intenções fingindo ser humilde. (Nota da tradutora.)

Capítulo 16

Lei, não sorte

Há algum tempo eu estava conversando com um homem sobre o poder de atração do pensamento. Ele disse não acreditar que o pensamento poderia atrair coisa alguma a ele, e que tudo era uma questão de sorte. Ele havia descoberto que a má sorte o perseguia implacavelmente, e que tudo que fazia dava errado. Sempre fora assim, sempre seria assim, e ele tinha se acostumado a esperar que fosse assim. Ao encarar algo novo, ele já sabia que não daria certo e que nada de bom poderia vir dali. Oh, não! Não havia nada na teoria do Pensamento de Atração, de acordo com ele; era tudo uma questão de sorte!

O homem não conseguiu ver em sua própria confissão que tinha o argumento mais convincente em favor da Lei da Atração. Ele havia declarado que estava sempre esperando que as coisas dessem errado, e que tudo acabava como o esperado. Ele era um exemplo magnífico da Lei da Atração – mas não sabia, e argumento algum parecia esclarecer a questão para ele. Ele estava "contra ela", mas parecia não haver saída – ele sempre esperava ter má sorte, e cada acontecimento provava que estava certo, que a posição da Ciência Mental era bobagem.

Muitas pessoas parecem pensar que a única maneira em que a Lei da Atração funciona é quando alguém *deseja* com força e continuamente. Elas parecem não perceber que uma *crença* forte é tão eficaz quanto um desejo forte. O homem bem-sucedido acredita em si mesmo e em seu sucesso e, ao não prestar atenção em pequenos obstáculos, tropeça e escorrega, aperta o passo em direção a seu objetivo, acreditando o tempo todo que chegará lá. Suas visões e alvos podem mudar à medida que progride, e ele pode mudar seus planos ou ter seus planos alterados por ele, mas o tempo inteiro sabe em seu coração que um dia "chegará lá". Ele não *deseja* o tempo todo que gostaria de chegar lá, ele simplesmente *sente* e *acredita* nisso, e assim coloca em funcionamento as forças conhecidas mais poderosas no mundo do pensamento.

O homem que, da mesma forma, acredita sempre que falhará invariavelmente falha. Quem poderia evitar? Não há milagre especial algum nisso. Tudo aquilo que ele faz, pensa e diz está tingido com o pensamento do fracasso. Outras pessoas entram nessa onda, e falham em acreditar nele ou em suas habilidades, e os acontecimentos em que ele está presente se tornam mais uma exibição de sua má sorte, em vez de atribuí-la a sua crença e expectativa de fracasso. Ele sugere fracasso para si mesmo o tempo todo, e invariavelmente sofre o efeito da auto-sugestão. E então, mais uma vez, seus pensamentos negativos calam a parte de sua mente da qual vêm as idéias e planos que poderiam conduzi-lo ao sucesso e que realmente chegam ao homem que espera o sucesso porque ele acredita nisso. Um estado de desencorajamento não é aquele em que as idéias mais brilhantes chegam até nós. Somente quando estamos entusiasmados e cheios de esperança é que a mente produz as idéias brilhantes que podem ser levadas em conta.

Os homens sentem instintivamente a atmosfera de fracasso pairando sobre alguns de seus amigos,

e por outro lado reconhecem algo em outras pessoas que os levam a dizer, quando ouvem dizer que um infortúnio os atingiu: “Oh, ele vai sobreviver de algum jeito – ninguém consegue colocar *esse homem* para baixo!” É a atmosfera causada pela Atitude Mental prevalecente. Então, trate de clarear sua Atitude Mental.

A sorte não existe. A Lei opera em toda a parte, e tudo que acontece só acontece por causa do funcionamento da Lei. Você não consegue dizer a coisa mais simples que já aconteceu por sorte – tente, e então leve o acontecimento a uma análise final, e verá que é resultado da Lei. É simples como matemática. Plano e proposta, causa e efeito. Dos movimentos dos planetas ao crescimento do grão de mostarda – é tudo resultante da Lei. A queda da pedra sobre a lateral da montanha não é sorte – forças que operavam há séculos foram responsáveis por ela. E por trás dessa causa estavam outras, e assim por diante até que a Causa sem Causa é alcançada.

E a vida não é resultado da sorte – a Lei também está aqui. A Lei está a todo vapor tendo você consciência disso ou não – acreditando ou não. Você pode ser um sujeito ignorante a respeito de como a Lei funciona, e atrai todo tipo de problema por causa de sua ignorância em relação à Lei – coloque isso em sua corrente como se estivesse lá, e a vida lhe parecerá algo muito diferente. Você não pode sair da Lei recusando-se a ter qualquer relação com ela. Você tem a liberdade de se opor e produzir todo o tipo de atrito que quiser – isso não fere a Lei, e você pode continuar até aprender sua lição.

A Lei da Atração é um nome para a Lei, ou mesmo uma de suas manifestações. Mais uma vez eu digo: seus pensamentos são coisas reais. Eles partem de você em todas as direções, combinando-se com pensamentos similares – pensamentos opostos de um caráter distinto –, fazendo combinações – indo para onde são atraídos –, correndo de centros de pensamentos opostos. E sua mente atrai o pensamento de outras pessoas, que foram enviados consciente ou inconscientemente. Mas ela atrai apenas os pensamentos que estejam em harmonia com seus próprios. Os parecidos se atraem e os opostos se repelem no mundo do pensamento.

Ao afinar sua mente no tom da coragem, confiança, força e sucesso, vai atrair pensamentos de natureza semelhante, pessoas de natureza semelhante; coisas que se encaixam no tom mental. Seu pensamento ou humor prevalecente determinam aquilo que será atraído por você e escolhem seu companheiro de quarto mental. Hoje você está colocando em ação correntes de pensamento que, com o tempo, atrairão até você pensamentos, pessoas e situações em harmonia com o tom predominante de seu pensamento. Seu pensamento se misturará com os outros de natureza semelhante e vocês se atrairão, e certamente criarão uma proposta comum mais cedo ou mais tarde, a não ser que um ou o outro mude a corrente de seus pensamentos.

Entre nas operações da Lei. Faça dela uma parte de você mesmo. Entre em suas correntes. Mantenha seu equilíbrio. Afine sua mente na nota da coragem, confiança e sucesso. Entre em contato com todos os pensamentos desse tipo que emanam a cada hora de centenas de mentes. Pegue o melhor que há no mundo do pensamento. O melhor está lá, então não se satisfaça com nada que seja menos que isso. Embarque em uma parceria com boas mentes. Entre nas vibrações certas. Você deve estar cansado de ser agitado pelas operações da Lei – entre em harmonia com ela.

FIM